ബൈബിൾ രഹസ്യങ്ങൾ

പൂർണ്ണശക്തിയോടെ

ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുക.

abraham_mukkath@yahoo.com

പൂർണ്ണശക്തിയോടെ

ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുക.



പൂർണ്ണശക്തിയോടെ
ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുക.

ദൈവം: ശക്തനായ ഒരു ദൈവത്തെയാണ്(ഏലോഹിം) പ്രവാചകന്മാർ അവതരിപ്പിച്ചത്. യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞ ആത്മാവും, പ്രവാചകന്മാർ പറയുന്ന (ഏലോഹിം) യെഹോവയും ഒന്നുതന്നെയാണ് എന്ന് കരുതാൻ പ്രയാസമാണ്. യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞ, മനുഷ്യനോടു കൂടെ മനുഷ്യന്റെ ഉള്ളിൽ ആത്മാവായി ഇരിക്കുന്ന ഒരു ദൈവത്തെക്കുറിച്ചല്ല പ്രവാചകന്മാർ പറഞ്ഞത് എന്ന് വ്യക്തം. 'എനിക്ക് മുൻപേ വന്നവർ എല്ലാം കള്ളന്മാരും കവർച്ചക്കാരും ആയിരുന്നു, അവർ ആടുകളെ രക്ഷിക്കാനല്ല, അറുത്ത് മുടിപ്പാനത്രെ വന്നത്' എന്ന് യേശുക്രിസ്തു പറയുന്നുണ്ട്.

സൃഷ്ടാവായ ദൈവം(ആത്മാവ്) സൃഷ്ടിയിൽ അന്തര്യാമിയായിരിക്കുന്നു. സൃഷ്ടി സൃഷ്ടാവിൽ, സൃഷ്ടാവ് സൃഷ്ടിയിൽ. ഇതാണ് യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞ ദൈവം. പിതാവേ നീ എന്നിലും, ഞാൻ നിന്നിലും ആയിരിക്കുന്നതുപോലെ. ഓരോ മനുഷ്യന്റേയും അവസ്ഥയിതാണെങ്കിലും ആ സത്യം അവനറിയില്ല. ആ സത്യം അറിയാനുള്ള ഒരു ജീവിതം, അനുഭവത്തിൽ ആക്കാനുള്ള ഒരു ജീവിതം എങ്ങനെ ജീവിക്കണം എന്ന് പഠിപ്പിച്ച ഗുരുവാണ് യേശുക്രിസ്തു. ആ സത്യം അനുഭവിച്ചറിയുന്നതാണ് സ്വർഗരാജ്യം, അതാണ് സ്വാതന്ത്ര്യം, അതാണ് രക്ഷപ്രാപിക്കൽ. സൃഷ്ടാവ്(ആത്മാവ്) മനുഷ്യനോട് കൂടെ(ഇമ്മാനുവേൽ). സൃഷ്ടിയെല്ലാം സൃഷ്ടാവിൽ ഇരിക്കുന്നു. 'അവൻ നമ്മിൽ ആർക്കും അകന്നിരിക്കുന്നവനല്ല, അവനിലല്ലോ നാം ജീവിക്കയും, ഇരിക്കയും ചരിക്കയും ചെയ്യുന്നത്'.

സെമിറ്റിക് മതങ്ങളിൽ നിന്ന് വേർപ്പെട്ടുനിൽക്കുന്ന ആശയമാണ് യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞത്. ഭാരതീയദർശനങ്ങളുമായി അഭേദ്യബന്ധം പുലർത്തുന്ന ഉന്നതമായ ആത്മീയ ആശയങ്ങൾ സെമിറ്റിക് മതങ്ങളിൽ കാണുക പ്രയാസമാണ്. എന്നാൽ യേശുക്രിസ്തുവിന്റെ ദർശനങ്ങൾ, ഭാരതീയ ദർശനങ്ങളുടെ ആവിഷ്ക്കാരം തന്നെയായിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് അന്നത്തെ യെഹൂദന്മാർക്കത് മനസിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞ 'ഞാനും പിതാവും(ആത്മാവും) ഒന്നാകുന്നു എന്ന പരമ സത്യം യെഹൂദന്മാർക്ക് ദൈവദൂഷണമായി തോന്നി. സൃഷ്ടാവും സൃഷ്ടിയും രണ്ട് എന്ന അവസ്ഥ ദ്വൈതമാണ്. 'ഞാനും പിതാവും ഒന്നാകുന്നു', സൃഷ്ടാവും സൃഷ്ടിയും ഒന്നാകുന്നു എന്ന അവസ്ഥ അദ്വൈതവുമാണ്. ഓരോ ക്രിസ്തുശിഷ്യനും ഉണ്ടാകേണ്ട അനുഭവം, 'ഞാനും ആത്മാവും ഒന്നാകുന്നു' അഥവാ 'ഞാൻ അത്മാവാകുന്നു' എന്ന അദ്വൈത ജ്ഞാനമാണ്. സർവ്വ ചരാചരങ്ങളും തന്നിലിരിക്കുന്നതായും, താൻ സർവ്വ ചരാചരങ്ങളിരിക്കുന്നതായും കാണുന്നവനാണ് ദൈവത്തെ അറിഞ്ഞവൻ. യേശുക്രിസ്തു തന്നെ മറ്റുള്ളവരിൽ കണ്ടിരുന്നു. അതുകൊണ്ട് നിങ്ങൾ മറ്റുള്ളവരോട് ചെയ്യുന്നതെല്ലാം എന്നോട് തന്നെയാണ് എന്ന് പറഞ്ഞു. തന്നെ ക്രൂശിച്ചവരോട് ക്ഷമിക്കാനുള്ള കാരണവും ഈ അദ്വൈതജ്ഞാനമാണ്.

ദൈവത്തിന്റെ സാദൃശ്യത്തിൽ മനുഷ്യനെ സൃഷ്ടിച്ചു എന്ന പഴയനിയമ വാക്യത്തെ പിൻപറ്റി മനുഷ്യന്റെ സാദൃശ്യത്തിലാണ് ദൈവം എന്ന ചിന്ത ആദാമിന്റെ കാലത്തുണ്ടായിരുന്നതായി നമുക്ക് കാണാം. സായാഹ്നങ്ങളിൽ തോട്ടത്തിൽ നടക്കുന്ന ദൈവത്തിന്റെ കാലൊച്ചയിലെ സൂചന അതാണ്. യാക്കോബിനോട് പുലരുന്നതുവരെ മൽ

പ്പിടുത്തം നടത്തിയ ദൈവത്തിന് യാക്കോബിനെപ്പോലെ ഒരു ശരീരം ഉണ്ടായിരുന്നു എന്ന് വേണം ചിന്തിക്കാൻ. മോശക്ക് തന്റെ പിൻഭാഗം മാത്രം കാണിച്ചുകൊടുത്തു എന്ന് വായിക്കുമ്പോൾ ദൈവത്തിന് ഒരു രൂപം ഉണ്ട് എന്ന് നിശ്ചയമാണ്. മനുഷ്യ നേപ്പോലെ അസൂയയുള്ള, പ്രതികാരം ചെയ്യുന്ന ഒരു ദൈവത്തെക്കുറിച്ചാണ് പഴയ നിയമകാല പ്രവാചകന്മാർ പറഞ്ഞത്.

ദൈവം സത്യമാണ്, ജ്ഞാനമാണ്, അനന്തമാണ്. (സത്യം ജ്ഞാനം അനന്തം ബ്ര ഹ്മ). ദൈവം നിത്യാനന്ദമാണ്. സൂര്യനിൽ നിന്നും ഉണ്ടായ കാർമേഘങ്ങൾ സൂര്യ നെത്തന്നെ മറയ്ക്കുന്നതുപോലെ, ദൈവത്തിൽ നിന്നും ഉണ്ടായ ദൂതൻ സാത്താനായി ത്തീർന്ന് മനുഷ്യരെ ദൈവത്തിലെത്തിച്ചേരാതിരിക്കാൻ തടയുന്നതു പോലെ, യേശു ക്രിസ്തുവിന്റെ അടുത്തേക്ക് വന്ന ശിശുക്കളെ ശിഷ്യന്മാർ തടഞ്ഞതുപോലെ, യെ ഹോവയുടെ പുരോഹിതന്മാരും, പരീശന്മാരും, ശാസ്ത്രിമാരും എല്ലാം ദൈവത്തി ലേക്ക് എത്തിച്ചേരാൻ ശ്രമിച്ചവരെ അതിനനുവദിക്കാതെ തടഞ്ഞത് പോലെ, ആത്മാ വിൽ നിന്നും ഉണ്ടായ ത്രിഗുണാത്മികയായ മായാശക്തി മനുഷ്യനും ദൈവത്തിനും ഇടയിൽ വേർപാടിന്റെ വന്മതിൽ തീർത്തിരിക്കുന്നു. അജ്ഞാനമാകുന്ന ഘോരാന്ധ കാരത്താൽ ആവരണം ചെയ്യപ്പെട്ടിരിക്കയാൽ സത്യമെന്തെന്ന് മനുഷ്യന് അറിയാൻ കഴിയുന്നില്ല.

സത്വം, രജസ്, തമസ് എന്നീ മൂന്നു ഗുണങ്ങൾ ആത്മാവിന്റെ ഗുണങ്ങൾ അഥവാ മായാ ശക്തിയാണ്. ഈ ശക്തിയാണ് സൃഷ്ടിക്ക് കാരണം. അതിൽ തമസിൽ നി ന്നുമാണ് ദ്രവ്യത്തിന്റെ ഉത്ഭവം. ഉൽപത്തി പുസ്തകത്തിൽ 'ആഴത്തിൻ മീതെ ഇരു ൾ ഉണ്ടായിരുന്നു' എന്ന് മാത്രമേ പറയുന്നുള്ളൂ. ആ ഇരുളിൽ നിന്നുമാണ് പഞ്ചഭൂത ങ്ങളും, സകല ദ്രവ്യങ്ങളും ആവിർഭവിക്കുന്നത്. ഇന്നത്തെ സയൻസ് പറയുന്നത് അ നന്തതയിൽ വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്ന തമോശക്തി(Dark Energy)യിൽ നിന്നാണ് തമോദ്ര വ്യം (Dark Matter) ഉണ്ടാകുന്നത് എന്നാണ്. തമോശക്തിയുടെ 23% മാത്രം തമോദ്ര വ്യമായിത്തീരുകയും അതിൽ 4.6% മാത്രം ദ്രവ്യമായി(Atom)പരിണമിക്കുകയും ചെ യ്യുന്നു.

ദൈവം ആത്മാവാണ്, സർവ്വവ്യാപിയായ ആത്മാവിന്റെ കൽപന(സങ്കൽപം) അനു സരിച്ച് ആത്മാവിന്റെ പ്രകൃതിയായ മായാശക്തിയിലെ തമസിൽനിന്നു(ഇരുട്ടിൽ നി ന്നു– Dark Energy) ഈ ജഡീക പ്രപഞ്ചം സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടു. സ്ഥൂലരൂപത്തിൽ സൃഷ്ടി യായിരിക്കുന്നത് വെറും 4.6% മാത്രം. എന്നാൽ സൂക്ഷ്മരൂപത്തിൽ തമോദ്രവ്യമായി 23% ഉണ്ട്. 100% തമോശക്തിയിൽ നിന്നാണ് ഇത്തരത്തിൽ രൂപാന്തരം(Manifestation) പ്രാപിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട് ദൈവവും സൃഷ്ടിയും തമ്മിൽ അഭേദ്യമായുള്ള ബന്ധ മുണ്ട്. ആത്മാവും പ്രകൃതിയും(മായാശാക്തി) വേറെയല്ല, അതുരണ്ടും ഒന്നു തന്നെ യാണ് ഈ മായശക്തിയെയാണ് ''വചനം'' എന്ന് വി.യോഹന്നാൻ പറയുന്നത്. സ കലവും വചനം മുഖാന്തിരം ഉളവായി, വചനത്തെകൂടാതെ ഒന്നും ഉളവായിട്ടില്ല, വ ചനം ജഡമായിത്തീർന്നു.

ആദിയിൽ വചനം ദൈവത്തോടുകൂടെയുണ്ടായിരുന്നു. ആ വചനത്തിൽ നിന്നും, വ ചനത്തിലെ തമോശക്തിയിൽ നിന്നും ദ്രവ്യവും, സത്വത്തിൽ നിന്നും ജ്ഞാനവും, ഉ ണ്ടായി. ചലനശക്തി രജോഗുണത്തിൽ നിന്നുമുണ്ടാകുന്നു. സർവ്വശക്തിയും ആത്മാ വിന്റെ മായാശക്തിയിലാണുള്ളത്. സർവ്വജ്ഞാനവും, അതിലാണുള്ളത്. ആ വചന ത്തെ –വാക്കിനെ– ആമേൻ എന്ന് വിളിക്കുന്നു. ആമേൻ എന്നത് വചനമാകുന്ന ദൈ വത്തിന്റെ നാമമാണ്. സമുദ്രവും തിരയും ഒന്നു തന്നെയാകുന്നതുപോലെ, വചന വും, ആത്മാവും ഒന്നുതന്നെയാകയാൽ ദൈവം തന്നെയാണ് ഈ പ്രപഞ്ചമായി

ത്തീർന്നിട്ടുള്ളത്. അഥവാ ആത്മാവിന് ഒരു ഭൗതീക ശരീരം വചനത്തിൽ നിന്ന സങ്കൽപത്താൽ ആത്മാവുതന്നെയുണ്ടാക്കി എന്ന് സാരം.

എല്ലാത്തരത്തിലുമുള്ള ദൈവത്തിലെ ശക്തിവിശേഷങ്ങളെ ''പ്രാണൻ''എന്നാണ് ഭാരതീയ ദർശനങ്ങളിൽ വിളിക്കുന്നത്. പ്രാണശക്തി(Life Force)യാലാണ് ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നടക്കുന്നത്. നാം നടക്കുന്നത്, കഴിച്ച ഭക്ഷണം ദഹിപ്പിക്കുന്നത്, ചിന്തിക്കുന്നത് എല്ലാം പ്രാണശക്തിയുടെ സഹായത്താലാണ്. പ്രാണശക്തിയുടെ വളരെ ചെറിയ ഒരു ഭാഗം മാത്രമെ നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തിൽ ഉള്ളു. ഭൂരിഭാഗവും നമ്മുടെ അറിവിനും ബോധത്തിനും പുറത്താണ്. അത്തരത്തിലുള്ള പ്രാണശക്തിയെ പൂർണ്ണമായി ആത്മാവിന സമർപ്പിക്കപ്പെടുമ്പോൾ മാത്രമാണ് യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞ ''പൂർണ്ണ ശക്തിയോടെ ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുക''യെന്നത് സത്യമായിത്തീരുന്നത്.

പൂർണ്ണശക്തിയോടെ ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുകയെന്ന് കേൾക്കുമ്പോൾ എളുപ്പമാണെന്ന് തോന്നും. ആ ശക്തി വാസ്തവത്തിൽ നമ്മുടെ അറിവിലും നിയന്ത്രണത്തിലുമല്ല എന്നാണ് നാം ആദ്യമെ അറിയേണ്ടത്, ശ്വാസം ശരീരത്തിലേക്ക് വരികയും പോകുകയും ചെയ്യുന്നത്, നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തിലല്ല. ഉറക്കത്തിലും പ്രാണൻ ഉണർന്നിരുന്ന് അത് കൃത്യമായി നടത്തുന്നു. ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ശക്തി, മനസിന്റെ ശക്തി തുങ്ങിയതെല്ലാം പ്രാണനാണ്. ഇന്ദ്രിയങ്ങളേയും മനസിനേയും നിയന്ത്രിക്കാൻ അതിന ലഭിക്കുന്ന ആഹാരത്തെ നിയന്ത്രിക്കുകയാണ് ഒരുമാർഗം. ഉപവാസം അങ്ങനെയാണ് രൂപപ്പെട്ടത്. ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ അളവ് കുറയുമ്പോൾ അവ ക്ഷീണിക്കുന്നു, അതോടെ മനസും ക്ഷീണിക്കുന്നു. ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസും പ്രവർത്തിക്കാൻ ആവശ്യമായ ഊർജ്ജത്തെ നിയന്ത്രണത്തിലാക്കി അവിടേക്ക് പോകുന്നതിനെ തടയുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെയാണ് 'പ്രാണായാമം' എന്ന വിദ്യ ഭാരതത്തിൽ പണ്ടുമുതലെ അഭ്യസിച്ചു വരുന്നത്.

കുട്ടികൾ വെറുതെ കാലാട്ടുന്നത് കണ്ടാൽ മുതിർന്നവർ കാലാട്ടാതെ മോനെ എന്ന് പറയുമായിരുന്നു. കാലാട്ടിയാൽ എന്താ കുഴപ്പം?. അതിന കൃത്യമായ ഉത്തരം അറിയായ്കയാൽ, കാലാട്ടിയാൽ അമ്മാവന് കുഴപ്പമാ, അല്ലെങ്കിൽ അമ്മക്ക് ദോഷമാ എന്നൊക്കെ അവർ പറഞ്ഞിരുന്നു. ഭഗവത് ഗീതയിലും ഈ വിഷയം അവതരിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. അചാപലം (ചപലതയില്ലാതിരിക്കുക) എന്ന് വാക്കാണ് അതിനുപയോഗിച്ചിട്ടുള്ളത്. പ്രാണശക്തിയെ ഈശ്വരസേവനത്തിനുമാത്രം ഉപയോഗിക്കുക, പ്രാണശക്തി ദിവ്യമാകയാൽ അനാവശ്യമായി ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക അഥവാ പൂർണ്ണശക്തിയോടെ ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കാൻ(സേവിക്കാൻ) ശ്രമിക്കുക എന്നതാണതിന്റെ പിന്നിലെ രഹസ്യം. ശരീരത്തിലും മനസിലും ഉണ്ടകുന്ന വികാരങ്ങൾക്ക് നിയന്ത്രണം ഏർപ്പെടുത്തുകയും ഇതിന്റെ ലക്ഷ്യമാണ്.

പ്രാണശക്തിയെ ദുർവ്വിനിയോഗം ചെയ്യാതിരിക്കുകയെന്നതാണ് അതിന്റെ ആദ്യപടി. മനുഷ്യന്റെ ക്രിയാത്മകമായ പുരോഗതിക്കുമാത്രമേ ആ ശക്തിയെ വിനിയോഗിക്കാവൂ എന്ന് നിഷ്ക്കർഷിച്ചിരുന്നു. ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കൻ, സേവിക്കാൻ മാത്രമെ അതുപയോഗിക്കാവൂ എന്ന അറിവ് അതിനെ വിനിയോഗികാനുള്ള നിരവധി മാർഗങ്ങളും ആചാരങ്ങളും കണ്ടുപിടിക്കാൻ ഇടയായി. അതിന്റെയെല്ലം തത്വമറിയാത്തവർക്ക് അത് അന്ധവിശ്വാസവും, അനാചാരവുമായിത്തീർന്നു. ഭാരതത്തിലെ പല ആചാരങ്ങളും ഇന്ന് ക്രിസ്തീയ വിശ്വാസികൾക്ക് അന്ധവിശ്വാസവും അനാചാരവുമായി ത്തീരാൻ കാരണം അജ്ഞത മാത്രമാണ്. അതാചരിക്കുന്നവർക്ക് അതിന്റെ തത്വം പറഞ്ഞുതരാൻ ഒരുപക്ഷെ കഴിയില്ലായിരിക്കാം, എങ്കിലും അവർ അതാചരിക്കുന്നു. നാമാകട്ടെ ആചരിക്കുന്നില്ലെന്നുമാത്രമാല്ല, അതിനെ പരിഹസിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

പ്രാണനെ നിശ്ചലമാക്കിയാൽ ശരീരം നിശ്ചലമാകും, മനസും നിശ്ചലമാകും. അതിന് ആദ്യമെ പ്രാണശക്തിയെ നമ്മുടെ നിയന്ത്രണത്തിൽ കൊണ്ടു വരണം. ശ്വാസം പ്രാണന്റെ സ്ഥൂല ഭാവം മാത്രമാണ്. മനസിൽ ചിന്തയുണർത്തുന്നത് പ്രാണന്റെ സൂക്ഷ്മ ഭാവമാണ്. ഏതെങ്കിലും ഒരു വികാരം മനസിൽ ഉദിക്കാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ അങ്ങോട്ട് പ്രവഹിക്കുന്ന പ്രാണനെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിഞ്ഞാൽ ആ വികാരം ഉച്ചസ്ഥിതിയിലേക്ക് വരാതിരിക്കും. വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ ഉപവാസത്തെപ്പോലെ പ്രാണനിയന്ത്രണവും സഹായകമാണ്.

വചനത്തിന്റെ മറ്റൊരു ഭാവമാണ് പ്രാണൻ. അതുകൊണ്ട് പ്രാണൻ ദൈവം തന്നെയാണ്. പ്രാണനെ പൂർണ്ണമായി ആത്മാവിനു സമർപ്പിക്കുകയെന്നാണ് മറ്റൊരു രീതിയിൽ യേശുക്രിസ്തു പറഞ്ഞത്. പ്രാണനെ നിശ്ചലമാക്കിയിരുന്ന് ഞാൻ ദൈവമെന്ന് അറിഞ്ഞുകൊൾവീൻ (Be Still And Know That I Am God) എന്ന് സങ്കീർത്തനകാരൻ പറയുന്നുണ്ട്. ആത്മാവിനാൽ ശരീരത്തിന്റെ പ്രവർത്തികളെ മരിപ്പിക്കുന്നു എങ്കിൽ നിങ്ങൾ ജീവിക്കും, കർത്താവിൽ നിങ്ങളിലുള്ള പ്രശംസയാണ ഞാൻ ദിവസേന മരിക്കുന്നു. എന്ന് വി.പൗലോസും പറയുന്നു.

'അവനെക്കണ്ടപ്പോൾ ഞാൻ മരിച്ചവനെപ്പോലെ നിലത്തു വീണു'. ഇവിടെ പ്രാണൻ പൂർണ്ണമായി നിശ്ചലമായി, ആത്മാവിനു സമർപ്പിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന് നമുക്ക് മനസിലാക്കാം. പൂർണ്ണശക്തിയോടെ ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുകയെന്ന യേശുവിന്റെ കൽപന പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ മനുഷ്യനിലെ പ്രാണശക്തിയെ സ്വാധീനത്തിലാക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഭക്തിയുടേ പാരമ്യത്തിൽ പ്രാണൻ നിശ്ചലമാകുന്നു. അതാണ് ശിഷ്യന്മാർക്ക് സംഭവിച്ചത്. എങ്കിലും പ്രാണായാമമെന്ന പ്രാണ നിയന്ത്രണം ആത്മാവിലേക്ക് ബോധത്തെ ഉയർത്താൻ സഹായകമാകയാൽ. പ്രാണനെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അറിയുന്നത് സഹായകമായിരിക്കും. പ്രാണനെ കുറിച്ച് സ്വാമി വിവേകാനന്ദൻ തന്റെ രാജയോഗം എന്ന പുസ്തകത്തിൽ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത് എന്തെന്ന് നോക്കാം. മഹാകവി കുമാരനാശാനാണ് ഇത് മലയാളത്തിലേക്ക് വിവർത്തനം ചെയ്തിട്ടുള്ളത്.

3. പ്രാണൻ

പ്രാണായാമം പലരും വിചാരിച്ചിരിക്കാറുള്ളപോലെ ശ്വാസത്തെ സംബന്ധിച്ച ഏതെങ്കിലും ഒന്നല്ല. ശ്വാസത്തിനു ഉണ്ടെങ്കിൽ തന്നെ വളരെ അല്പമായ സംബന്ധമേ അതിനോടുള്ളൂ. ശ്വാസാഭ്യാസം നമുക്കു വാസ്തവമായ പ്രാണായാമത്തെ ലഭിപ്പാനുള്ള അനേക മാർഗ്ഗങ്ങളിൽ ഒന്നു മാത്രമേ ആകുന്നുള്ളൂ. പ്രാണായാമം എന്നാൽ പ്രാണന്റെ നിയമനം എന്നർത്ഥമാകുന്നു. ഇന്ത്യൻ തത്വജ്ഞാനികളുടെ അഭിപ്രായപ്രകാരം മുഴുവൻ പ്രപഞ്ചവും രണ്ടു പദാർത്ഥങ്ങളാൽ ഘടിതമായിരിക്കുന്നു. അവയിൽ ഒന്നിനെ അവർ ആകാശം എന്നു പറയുന്നു. ഇതു എങ്ങുമുള്ളതും എല്ലാവറ്റെയും വ്യാപിച്ചു സ്ഥിതിചെയ്യുന്നതുമായ ആ ഏകതത്വം തന്നെ. രൂപമുള്ളതോ സംയുക്തദ്രവ്യങ്ങളിൽ നിന്നുണ്ടായതോ ആയ ഏതും ഈ ആകാശത്തിന്റെ പരിണാമമാണ്. വായുവായിത്തീരുന്നതും ദ്രവദ്രവ്യമായും, ഘനദ്രവ്യമായും തീരുന്നതും ഈ ആകാശമാണ്. സൂര്യനായും, ഭൂമിയായും, ചന്ദ്രനായും, നക്ഷത്രങ്ങളായും, കേതുക്കളായും തീരുന്നതും ഈ ആകാശം തന്നെ. നമ്മുടെ ശരീരമായും, ജന്തുക്കളുടെ ശരീരമായും, ചെടികളായും നാം കാണുന്ന എല്ലാ രൂപങ്ങളായും തീരുന്നതും, നമ്മുടെ വിഷയമാകുന്ന ഏതും, എന്നുവേണ്ട ഉള്ളതേതോ അതൊക്കെയും ആകാശം തന്നെ ആകുന്നു. അതു സ്വയം പ്രത്യക്ഷമല്ല. സാധാരണ പ്രത്യക്ഷങ്ങൾക്ക് ഒന്നിനും വിഷയമാകാതിരിക്കത്തക്കവണ്ണം അതു അത്ര സൂക്ഷ്മമാകുന്നു. സൃഷ്ടി തുടങ്ങുമ്പോൾ ഈ ആകാശം മാത്രമേ ഉള്ളൂ. കല്പത്തിന്റെ അവസാനത്തിൽ ദ്രവദ്രവ്യങ്ങൾ ഘനദ്രവ്യങ്ങൾ ആവികൾ ഈ എല്ലാം ആകാശത്തിൽ ലയിക്കയും

അടുത്ത സൃഷ്ടിയും അതുപോലെ ഈ ആകാശത്തിൽ നിന്നുതന്നെ ആരംഭിക്കയും ചെയ്യുന്നു. എന്തു ശക്തിയാലാണ് ഈ ആകാശം പ്രപഞ്ചാകാരമായി നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്? പ്രാണശക്തിയാലത്രെ. ആകാശം എങ്ങിനെ ഈ പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ അഖണ്ഡവും സർവ്വവ്യാപകവുമായ ദ്രവ്യമായിരിക്കുന്നുവോ അതുപോലെതന്നെ പ്രാണൻ പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ അഖണ്ഡവും സർവ്വവ്യാപകവുമായ നിർമ്മാപക ശക്തിയാകുന്നു. ഒരു കല്പത്തിന്റെ ആരംഭത്തിലും അവസാനത്തിലും എല്ലാ ദ്രവ്യവും ആകാശമായിത്തീരുകയും പ്രപഞ്ചത്തിലുള്ള എല്ലാ ശക്തിയും പ്രാണനിൽ തിരിയേ ലയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അടുത്ത കല്പത്തിൽ ഈ പ്രാണനിൽ നിന്നുതന്നെ നാം പ്രഭാവമെന്നോ ശക്തിയെന്നോ പറയുന്ന എല്ലാവും ആവിർഭവിക്കുന്നു. ചലനമായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നതു ഈ പ്രാണനാണ്. ഘനാകർഷണ ശക്തിയായും അയസ്കാന്തശക്തിയായും പരിണമിക്കുന്നതും പ്രാണൻ തന്നെ, ശരീരവ്യാപാരങ്ങളായും, പ്രാണധാരകളായും, വിചാരശക്തികളായും പരിണമിക്കുന്നതും പ്രാണൻ തന്നെ. വിചാരം മുതൽകീഴ്പോട്ടു താണതരം ശരീരവ്യാപാരം വരേയുള്ള എല്ലാം പ്രാണന്റെപരിണാമമല്ലാതെ മറ്റൊന്നല്ല. മാനസികമോ ശാരീരമോ ആയി ലോകത്തുള്ള എല്ലാ ശക്തികളും അവയുടെ പൂർവ്വാവസ്ഥയിലേക്കു തിരിയെ ലയിക്കുമ്പോൾ ഉള്ള അകത്തുകക്കാണ് പ്രാണൻ എന്നുപറയുന്നത്. 'എപ്പോൾ ഭാവമോ അഭാവമോ ഇല്ലാതിരുന്നുവോ എപ്പോൾ അന്ധകാരം അന്ധകാരത്തെ മറച്ചിരുന്നുവോ അപ്പോൾ എന്തുണ്ടായിരുന്നു? നിശ്ചലമായും ആ ആകാശം ഉണ്ടായിരുന്നു' പ്രാണന്റെ ഭൗതികമായ ചലനം നിന്നുപോയി; എന്നാൽ പ്രാണൻ യഥാപൂർവ്വം ഉണ്ടായിരിക്കയും ചെയ്തു. പുതിയ സയൻസ് (ശാസ്ത്രം) കൊണ്ടു ലോകത്തിൽ വെളിപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ശക്തികൾ എല്ലാം മാറ്റമില്ലാത്തവയാണെന്നു നമുക്കറിയാമല്ലോ. ലോകത്തുള്ള ശക്തികളുടെ എല്ലാം ആകെത്തുകയായ ഒന്നു എപ്പോഴും തുല്യമായിത്തന്നെയിരിക്കുന്നു. ഒരു കല്പത്തിന്റെ അവസാനത്തിൽ മാത്രം ശക്തികൾ ശാന്തമാകയും, തിരോഹിതങ്ങളായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. അടുത്ത കല്പാരംഭത്തിൽ അവ ആവിർഭവിച്ചു ആകാശത്തിന്റെ മേൽ വ്യാപരിക്കയും, ആകാശത്തിൽ നിന്നു ഈ വിവിധങ്ങളായ രൂപങ്ങൾ പരിണമിക്കുകയും ചെയ്യും. ആകാശം മാറുന്നതുപോലെ തന്നെ ഈ പ്രാണനും, ശക്തിയുടെ ഈ പരിണാമങ്ങളെല്ലാമായി മാറുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ പ്രാണനെ അറിയുകയും നിയമനം ചെയ്കയും ചെയ്യുന്നതാണ് പ്രാണായാമം എന്നു പറയുന്നതിന്റെ വാസ്തവമായ അർത്ഥം.

ഇത് (പ്രാണായാമം) നമുക്കു അവധിയില്ലാത്ത ശക്തികളുടെ വാതലിനെത്തുറന്നു തരുന്നു. എങ്ങിനെയെന്നു പറയാം: ഒരുത്തൻ പ്രാണനെ പൂർണ്ണമായറികയും അതിനെ നിയമനം ചെയ്യാൻ അവനു സാധിക്കയും ചെയ്തു എങ്കിൽ അവനിലില്ലാത്തതായ ശക്തി ലോകത്തേതുണ്ടായിരിക്കും? പ്രാണനെ വരുതിയിൽ വെയ്പാൻ കഴിയാഞ്ഞതുകൊണ്ടു സൂര്യനേയും നക്ഷത്രങ്ങളേയും അവയുടെ സ്ഥാനങ്ങളിൽനിന്നു മാറ്റി നിർത്താനും, അണുക്കൾമുതൽ അതിമഹത്തായ സൂര്യഗോളങ്ങൾവരെ ഈ ബ്രഹ്മാണ്ഡത്തിലുള്ള ഏതിനെയും വരുതിയിൽ നിർത്താനും അവനു കഴിയുമായിരിക്കും. ഇതാണു പ്രാണായാമത്തിന്റെ അവധിയും ഉദ്ദേശവും. യോഗി പൂർണ്ണസിദ്ധനായിത്തീരുമ്പോൾ അവന്റെ അധീനതയിൽ നിൽക്കാത്തതായി പിന്നെ ഒന്നുംതന്നെ ഉണ്ടായിരിക്കയില്ല. അവൻ ദേവന്മാരെ വരാൻ ആജ്ഞാപിക്കയാണെങ്കിൽ അവൻ കല്പിച്ചപോലെ അവർ വരും. പിതൃക്കളെ അവൻ വരാൻ പറകയാണെങ്കിൽ അവന്റെ കല്പനപോലെ അവർ വരും. പ്രകൃതിയിലുള്ള എല്ലാ ശക്തികളും അടിമകളെപ്പോലെ അവന്റെ ആജ്ഞ കേൾക്കും. അറിവില്ലാത്തവർ യോഗിയുടെ ഈ ശക്തികളെ കാണുമ്പോൾ ഇവ അമാനുഷപ്രവർത്തികളെന്നു പറയും. ഹിന്ദുക്കളുടെ മനസ്സിനുള്ള ഒരു വിശേഷം അത് എപ്പോഴും വിശേഷങ്ങളെ എല്ലാം ഒടുവിൽ നിരൂപണം ചെയ്യുന്നതിനായി വിട്ടിട്ട് പരമസാമാന്യ ധർമ്മത്തെ ആദ്യം അന്വേഷിയ്ക്കുക എന്നുള്ളതാകുന്നു.

ഏതിനെ അറിയുന്നതുകൊണ്ട് നാം എല്ലാവറ്റെയും അറിയുന്നുവോ അത് ഏതാണ്? എന്ന ചോദ്യം വേദങ്ങളിൽ പുറപ്പെടുവിച്ചിരിയ്ക്കുന്നു. അതിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കി യാണ് എല്ലാ വേദങ്ങളും, എല്ലാ തത്വശാസ്ത്രങ്ങളും എഴുതപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. ഏതിനെ അറിയുന്നതുകൊണ്ട് എല്ലാം അറിയപ്പെടുന്നുവോ അതിനെ നിർണ്ണയിക്കയാകുന്നു അവയുടെ ഉദ്ദേശം. ഒരുത്തൻ ഈ പ്രപഞ്ചത്തെ ശകലം ശകലമായി അംശിച്ചറിവാൻ ആവശ്യപ്പെടുകയാണെങ്കിൽ അവൻ ഓരോ തരിമണലിനെയും പിരുത്തു നോക്കി അറിയണം. അതിനു അവനു അവധിയില്ലാത്ത കാലം വേണ്ടി വരുന്നു. അവയെ എല്ലാം അവന്നു അറിവാൻ സാധിക്കയില്ല. എന്നാൽ ജ്ഞാനം എങ്ങിനെ ഉണ്ടാവാം വിശേഷ (ജ്ഞാന)ങ്ങൾ വഴിയായി എങ്ങിനെ ഒരു മനുഷ്യൻ സർവജ്ഞനാകാൻ സാധിയ്ക്കും? യോഗി പറയുന്നതാവിത്. ഈ വിശേഷ പരിണതികളുടെ എല്ലാം അടിയിലായി ഒരു സാമാന്യധർമ്മം (സത്ത) ഉണ്ട്. എല്ലാ പ്രത്യേക ജ്ഞാനങ്ങളുടെയും അടിയിൽ സർവസാമാന്യവും കേവലവുമായ ഒരു തത്വം നിൽക്കുന്നുണ്ട്. അതിനെ ഗ്രഹിച്ചാൽ നിങ്ങൾ എല്ലാവറ്റേയും ഗ്രഹിച്ചു. ഇതേ പ്രകാരം തന്നെ മുഴുവൻ ബ്രഹ്മാണ്ഡവും വേദത്തിൽ ഒരു കേവല സത്തയായി സാമാന്യപ്പെടുത്തീട്ടുണ്ട്. ആ സത്തയെ ആർ ഗ്രഹിച്ചിരിക്കുന്നുവോ അവൻ മുഴുവൻ ബ്രഹ്മാണ്ഡത്തെയും ഗ്രഹിച്ചിരിക്കയാകുന്നു. അതുപോലെ എല്ലാ ശക്തികളെയും ഈ പ്രാണനായിട്ടു സാമാന്യപ്പെടുത്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ആരു പ്രാണനെ ഗ്രഹിച്ചിരിക്കുന്നുവോ പ്രപഞ്ചത്തിൽ ഉള്ള മാനസികമോ ഭൗതികമോ ആയ എല്ലാ ശക്തികളെയും അവൻ ഗ്രഹിച്ചിരിക്കയാകുന്നു. പ്രാണനെ കീഴടക്കിയവൻ അവന്റെ ആ സ്വന്ത മനസ്സിനെയും ലോകത്തു മറ്റേതു മനസ്സുകൾ എല്ലാം ഉണ്ടോ അവയെ ഒക്കെയും കീഴടക്കി കഴിഞ്ഞിരിയ്ക്കുന്നു. ആർ പ്രാണനെ സ്വാധീനമാക്കിയിരിക്കുന്നുവോ അവൻ തന്റെ സ്വന്ത ശരീരത്തെയും ലോകത്തുള്ള മറ്റെല്ലാ ശരീരങ്ങളെയും സ്വാധീനമാക്കിയിരിക്കയാകുന്നു. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ പ്രാണൻ ശക്തികളുടെ സർവസാമാന്യമായ ആവിർഭാവമത്രേ.

പ്രാണായാമഗതിയിലെ ഒറ്റ നോട്ടം പ്രാണനെ എങ്ങനെ നിയമനം ചെയ്യാമെന്നുള്ളതാണ്. ഈ അഭ്യാസങ്ങളും പരിചയങ്ങളുമെല്ലാം ആ ഒരേ കാര്യ സാധ്യത്തിനായിട്ടാകുന്നു. ഓരോ മനുഷ്യനും നാം നിൽക്കുങ്ങന്ന നിലയിൽ നിന്നുതന്നെ ആരംഭിക്കയും, തനിക്ക് ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള വസ്തുക്കളെ നിയമനം ചെയ്യാൻ പഠിക്കയും വേണം. ഈ ശരീരമാകുന്നു നമുക്ക് ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള വസ്തു. പ്രപഞ്ചത്തിലുള്ള മറ്റെതിനെയുംകാൾ ഇത് അടുത്തുള്ളതാകുന്നു. ഈ മനസ്സും എല്ലാവറ്റേയെയുംകാൾ അടുത്തതാകുന്നു. ഈ മനസ്സിനെയും ശരീരത്തെയും വ്യാപരിക്കുന്ന പ്രാണൻ ഈ ലോകത്തിലുള്ള മറ്റെല്ലാ പ്രാണനേയും അപേക്ഷിച്ചു നമുക്ക് ഏറ്റവും അടുത്തുള്ളതാണ്. നമ്മുടെ സ്വന്തം മാനസികവും, ശാരീരികവുമായ ശക്തിക ളുടെ സൂചകമായ പ്രാണന്റെ ഈ ചെറിയ അല, അഖണ്ഡമായ പ്രാണസമുദ്രത്തിൽ നമുക്ക് ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള അലയാകുന്നു. ഈ ചെറിയ അലയെ നിയമനം ചെയ്യാൻ സാധിച്ചെങ്കിൽ മാത്രമേ മുഴുവൻ പ്രാണനെയും നിയമനം ചെയ്വാൻ നമുക്ക് ആശിക്കാവൂ. ഇത് സാധിച്ച യോഗിക്കാണ് പൂർണ്ണസിദ്ധിയുണ്ടാകുന്നത്. ഇതിന്നുശേഷം അവന്നു മേലായി ഒരു ശക്തിയും ഉണ്ടായിരിക്കയില്ല. അവൻ മിക്കവാറും സർവശക്തനായും, മിക്കവാറും സർവജ്ഞനായും തീരുന്നു. ഈ പ്രാണനിയമനത്തെ സംബന്ധിച്ച് ശ്രമിച്ചിട്ടുള്ളവരായി എല്ലാ രാജ്യങ്ങളിലും ചില കൂട്ടരെ നാം കാണുന്നുണ്ട്. ഈ രാജ്യത്ത് (അമേരിക്ക) മാനസ ചികിത്സകന്മാർ, വിശ്വാസം കൊണ്ട് രോഗശാന്തി വരുത്തുന്നവർ, പരേതവിശ്വാസികൾ, മനോവ്യാപാരഭേദത്താൽ ആരോഗ്യത്തേ സമ്പാദിക്കുന്നവർ, മാസ്മരനിദ്രാവിദ്യക്കാർ ആദിയായി പലരും ഉണ്ട്. ഈ വിവിധ കക്ഷികളെയും നാം പിരിത്തു നോക്കുകയാണെങ്കിൽ അവർക്കെല്ലാവർക്കും അ ടിസ്ഥാനമായിരിക്കുന്നത് അവർ അറിയുന്നെങ്കിലും ഇല്ലെങ്കിലും ഈ പ്രാണന്റെ നിയമനം ഒന്നുതന്നെയാണെന്നു നമുക്കു കാണാം. അവരുടെ സിദ്ധാന്തങ്ങളെ ഒക്കെയും അപചയിച്ചു നോക്കിയാൽ പരിശേഷിക്കുന്നതെല്ലാം ഒന്നുതന്നെയായിരിക്കും. അവർ വിനിയോഗിക്കുന്ന ശക്തിയെല്ലാം കേവലം ഒന്നുതന്നെ ആകുന്നു. അ

വർ അറിയുന്നില്ലെന്നേയുള്ളൂ. ഒരു ശക്തിയുടെ ആവിഷ്കരണത്തിൽ അവർ യദൃച്ഛ യാ സ്ഖലിച്ചു വീണു എന്നല്ലാതെ അതിന്റെ സ്വഭാവത്തെ അവർ അറിയുന്നില്ല. എന്നാൽ അവർ പ്രാണനിൽനിന്നുണ്ടാകുന്നവയും, യോഗി ഉപയോഗിക്കുന്നവയും ആയ അതേ ശക്തികളെതന്നെ തന്നെ അറിയാതെ ഉപയോഗിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഈ പ്രാണനാണ് എല്ലാ ജീവികൾക്കും ജീവശക്തിയായിരിക്കുന്നത്. പ്രാണന്റെ ഏ റ്റവും നേർത്തതും അത്യന്തം ഉയർന്നയതുമായ വ്യാപാരം വിചാരമാകുന്നു. എ ന്നുതന്നെയല്ല ഈ വിചാരം മാത്രവുമല്ല നാം കാണുന്നതായുള്ളത്. സ്വബോധരഹി തമായ വിചാരമെന്നോ, സഹജബോധമെന്നോ നാം പറയുന്നതായ ഒരു വക വിചാ രവും ഉണ്ട്. അത് വിചാരത്തിന്റെ ഏറ്റവും അടിയിലത്തെ പടിയാണ്. ഒരു കൊതുക് നമ്മെ കടിക്കുകയാണെങ്കിൽ വിചാരിക്കാതെ തന്നെ നമ്മുടെ കൈ തനിയെ അ ല്ലെങ്കിൽ സഹജമായി അതിനെ അടിക്കുന്നു. ഇത് വിചാരത്തിന്റെ ഒരു പരിണാമ മാണ്. ശരീരത്തിന്റെ പ്രതിക്രിയാരൂപമായ പ്രവൃത്തികൾ എല്ലാം ഈ സ്ഥാനത്തി ലുള്ള വിചാരത്തിലുൾപ്പെടുന്നു. പിന്നെ സ്വബോധം എന്ന് പറയുന്ന ഇതിനേക്കാൾ ഉയർന്ന തരമായ വിചാരമുണ്ട്. ഞാൻ ഊഹിക്കുന്നു, ഞാൻ നിർണ്ണയിക്കുന്നു, ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നു, ഞാൻ ചില കാര്യങ്ങളുടെ അനുകൂല പ്രതികൂല ഭാഗങ്ങൾ എല്ലാം കാണുന്നു. എന്നാൽ അത്രമാത്രം തന്നെയുമല്ല ഉള്ളത്. ഊഹത്തിനു അതി രുണ്ടെന്നു നമുക്കറിയാം. ഏതാനും ദൂരത്തോളം മാത്രമേ ഊഹത്തിനു ചെല്ലാൻ ക ഴിയൂ. അതിനപ്പുറം എത്താൻ അതിനു കഴികയില്ല. ഊഹത്തിനു ഓടിനടക്കാൻ കഴിയുന്നതായ ചക്രവാളം വാസ്തവത്തിൽ വളരെ വളരെ ചെറുതാകുന്നു. അങ്ങി നെ യാണെങ്കിൽക്കൂടിയും ഈ ചക്രവാളത്തിൽ വസ്തുതകൾ ഓടി വന്നു കയറുന്ന തായി നാം കാണുന്നുണ്ട്. കേതുക്കളുടെ ഉദയം പോലെ ഈ ചക്രവാളത്തിൽ ചില വസ്തുതകൾ വന്നു കേറുന്നു. നമ്മുടെ ഊഹത്തിനു ഈ ചക്രവാളത്തിന്റെ അതൃ ത്തി കടന്നുപോകാൻ കഴിയില്ലെങ്കിലും അവ ആ അതൃത്തിക്ക് പുറത്ത് നിന്നു വരി കയാണെന്നുള്ളത് നിശ്ചയമാകുന്നു. ഈ ചെറിയ അതൃത്തിക്കുള്ളിൽ ബലാൽ വ ന്നു കയറുന്ന ആ സംഭവങ്ങളുടെ കാരണങ്ങൾ ഈ അതൃത്തിക്കു പുറത്തുള്ളവ യാണ്. ഊഹത്തിനും ബുദ്ധിക്കും അവിടെ എത്താൻ കഴികയില്ല. എന്നാൽ അത്രമാ ത്രവും തന്നെയല്ല ഉള്ളതെന്നാണു യോഗി പറയുന്നത്. മനസ്സിന്, ബോധാതീതാവ സ്ഥയെന്നു പറയുന്നതായി ഇതിലും അധികം ഉയർന്നനതായ ഒരു സ്ഥാനത്തിലും ഇരിപ്പാൻ കഴിയും. സമാധി അതായത് പൂർണലമായ ഏകാഗ്രത അല്ലെങ്കിൽ ബോ ധാതീതഭാവം എന്നു പറയുന്ന ആ അവസ്ഥയെ മനസ്സ് പ്രാപിക്കുമ്പോൾ അത് ഊ ഹത്തിന്റെ അതിരിനെ ലംഘിക്കയും സഹജ ബോധത്തിനോ, ഊഹത്തിനോ ഒരി ക്കലും അറിവാൻ കഴിയാത്ത വസ്തുതകളോട് സമ്മുഖമായി എതിരിടുകയും ചെ യ്യുന്നു. സൂക്ഷ്മമായ ശാരീര ശക്തികളുടെ ഈ എല്ലാ രൂപപരിഗ്രഹങ്ങളും, അതാ യത് പ്രാണന്റെ വിവിധമായ എല്ലാ പരിണാമങ്ങളും അഭ്യസിപ്പിക്കപ്പെട്ടാൽ മനസ്സി നെ ഉന്തുകയും മനസ്സ് ഉയർന്നു ബോധാതീതാവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കയും ആ സ്ഥാന ത്തിൽ നിന്ന് അത് വ്യാപരിക്കയും ചെയ്യുന്നതാണ്.

ഈ പ്രപഞ്ചത്തിൽ എല്ലാത്തരം ജീവിതാവസ്ഥയിലും അനുസ്യൂതമായി വ്യാപിച്ചി രിക്കുന്ന ഒരു ഭൂതസംഘാതമുണ്ട്. ഭൗതികവിജ്ഞാന പ്രകാരം ഈ പ്രപഞ്ചം ഏക വസ്തുവാണ്. സൂര്യനും, നിങ്ങൾക്കുമായി യാതൊരു വ്യത്യാസവുമില്ല. മറിച്ചു പറ ഞ്ഞാൽ അത് കള്ളമാണെന്നേ ഭൗതികവിജ്ഞാനികൾ പറയൂ.

ഈ മേശക്കും എനിക്കുമായി വാസ്തവത്തിൽ ഒരു വ്യത്യാസവുമില്ല. മേശ ഭൂത സംഘാതത്തിലെ ഒരു സ്ഥാനം. ഞാൻ മറ്റൊരു സ്ഥാനം. ഓരോ വസ്തുവും അഖ ണ്ഡമായ ഭൂതസമുദ്രത്തിലെ ഓരോ നീർച്ചുഴി പോലെ ആകുന്നു. അവ സ്ഥിരമായി നിൽ ക്കുന്നവയുമല്ല. ഊക്കോടെ തള്ളിക്കയറി വരുന്ന ഒരു ഒരു ജലപ്രവാഹത്തിൽ എത്രയോ കോടി നീർച്ചുഴികൾ ഉണ്ടായിരിക്കും. ഓരോ നീർച്ചുഴിയിലും ഉള്ള വെ ള്ളം ക്ഷണം തോറും പുത്തൻ പുത്തനായിരിക്കുന്നു. ഏതാനും നിമിഷം ചുറ്റിത്തിരി ഞ്ഞു നിന്നിട്ട് ഉടൻ മറ്റൊരു സ്ഥാനത്തിലേക്ക് പാഞ്ഞു പോകയും പുതിയ ജലാവ

യവങ്ങൾ തൽസ്ഥാനത്തു വന്നു കയറുകയും ചെയ്യുന്നു. അതുപോലെ ഈ പ്രപഞ്ചം മുഴുവൻ ഇടവിടാതെ മാറിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു ഭൂതസംഘാതവും, നാം അതിലെ ചെറിയ നീർച്ചുഴികളും ആകുന്നു. ഒരു ഭൂതസംഘാതം പ്രപഞ്ചത്തിൽ കടന്നു ചുറ്റിത്തിരിഞ്ഞു തിരിഞ്ഞു ഏതാനും സംവത്സരം കൊണ്ട് ഒരു മനുഷ്യ ശരീരമായി മാറുന്നു. അതിൽ നിന്ന് മാറി തിരിഞ്ഞു തിരിഞ്ഞു പക്ഷേ, ഒരു ജന്തുവായും അതിൽനിന്നും ചുറ്റിപ്പാഞ്ഞു ഏതാനും കൊല്ലം കൊണ്ട് ഒരു ധാതുഖണ്ഡം ആകുന്ന മറ്റൊരു നീർച്ചുഴിയായും തീരുന്നു. ഇത് ഒരു എടവിടാത്ത മാറ്റമാകുന്നു. ഒരു ശരീരവും സ്ഥിരമായിരിക്കുന്നില്ല. വെറും വാക്കല്ലാതെ എന്റെ ശരീരമെന്നോ നിങ്ങളുടെ ശരീരമെന്നോ പറയുന്ന ഒരു വസ്തുവുമില്ല. ഇത് ഒരു മഹാമഹത്തായ ഭൂതസംഘാതം. ഒരു സ്ഥാനം ചന്ദ്രൻ എന്നും, മറ്റൊന്ന് സൂര്യനെന്നും, വേറൊന്നു മനുഷ്യനെന്നും, പിന്നൊന്നു ഭൂമിയെന്നും, പിന്നെയുമൊന്ന് ഒരു ചെടിയെന്നും, വേറെയൊന്ന് ഒരു ധാതുവെന്നും വിളിക്കപ്പെടുന്നു. ഒന്നും സ്ഥിരമായിരിക്കുന്നില്ല. ഓരോന്നും മാറിക്കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു.

അനാദികാലം മുതൽക്കേ ഈ ഭൂതം സംഘടിച്ചു അവയവിയാകയും, വിഘടിച്ച് അവയവങ്ങളായി പിരിഞ്ഞുപോകയും ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ഇതുപോലെത്തന്നെയാണ് മനസ്സും. ഭുതപദാർത്ഥം ആകാശത്തിന്റെ രൂപാന്തരമാകുന്നു. പ്രാണന്റെ വ്യാപാരം സൂക്ഷ്മതമമായിരിക്കുമ്പോൾ ഈ ആകാശം തന്നെ സൂക്ഷ്മതരമായ വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയിൽ മനസ്സായിത്തീരുന്നു. എന്നാലും അതെല്ലാം അപരിച്ഛിന്നമായ ഒരു ഭൂതസംഘാതമായും ഇരിക്കുന്നു. നിങ്ങൾക്ക് കേവലം ആ സൂക്ഷ്മവിസ്ഫുരണത്തിൽ എത്താൻ കഴിയുമെങ്കിൽ ഈ മുഴുവൻ പ്രപഞ്ചവും ആ സൂഷ്മവിസ്ഫുരണങ്ങളാൽ നിർമ്മിതമാണെന്ന് നിങ്ങൾ കാണുകയും, അറികയും ചെയ്യും. ചിലപ്പോൾ ചില ഔഷധങ്ങൾക്ക് നമ്മേ ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ വഴിയായി ആ സ്ഥാനത്തിലേക്ക് എത്തിക്കുന്നതുപോലെ ചെയ്വാനും നമ്മിൽ ആ അവസ്ഥാന്തരത്തെ ഉണ്ടാക്കാനും കഴിയുമാറുണ്ട്. സർ ഹംഫ്രി ഡേവി എന്ന പണ്ഡിതന്റെ പ്രസിദ്ധപ്പെട്ട പരീക്ഷണത്തെപ്പറ്റി നിങ്ങളിൽ വളരെപ്പേർക്ക് ഓർമ്മയുണ്ടാവാം. പ്രസംഗം ചെയ്തു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന മദ്ധ്യേ ഹാസജനകവാതകം ഏറ്റു ബോധം കെട്ടുപോയപ്പോൾ അദ്ദേഹം നിശ്ചലനായും, സ്തബ്ധനായും ഇരുന്നുപോകയും, അതിനു ശേഷം ലോകം മുഴുവൻ അഭിപ്രായങ്ങളാൽ നിർമ്മിതമാണെന്ന് അദ്ദേഹം പറയുകയും ചെയ്തു. അത്രയും സമയത്തേക്ക് സ്ഥൂല വിസ്ഫുരണങ്ങൾ നിന്നുപോയപോലെ ആകുകയും മനസ്സെന്നു പറയുന്നതായ സൂക്ഷ്മവിസ്ഫുരണങ്ങൾ മാത്രം അദ്ദേഹത്തിന് ഉണ്ടായിരിക്കുകയും ചെയ്തു. തനിക്കുചുറ്റും സൂക്ഷ്മ വിസ്ഫുരണങ്ങൾ മാത്രം അദ്ദേഹത്തിനു കാണാമായിരുന്നു. എല്ലാവും വിചാരമയമായിത്തീർന്നിരുന്നു. പ്രപഞ്ചം മുഴുവൻഒരു വിചാരസമുദ്രമായി, അദ്ദേഹവും മറ്റുള്ള എല്ലാവും അതിലെ വിചാര നീർച്ചുഴികളായും തീർന്നു.

ഇങ്ങിനെ ഈ വിചാരപ്രപഞ്ചത്തിൽ കൂടിയും നാം ഈ ഏകത്വത്തെ കാണുന്നു. ഒടുവിൽ ആത്മാവിനോടടുക്കുമ്പോൾ ആ ആത്മാവ് കേവലം ഏകമായിരിപ്പാനേ പാടുള്ളൂ എന്നും നാം അറിയുന്നു. വികാരത്തിനതീതമായി ഒന്ന് തന്നെയുള്ളൂ. പ്രത്യക്ഷമായ വികാരത്തിൽ കൂടിയും കേവലം ഒരു ഏകത്വമാണുള്ളത്.

പുതിയ പ്രകൃതിശാസ്ത്രങ്ങൾ നല്ലവണ്ണം ഈ വസ്തുതകളെ വെളിപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അവയെ ഇനി വിസമ്മതിപ്പാൻ തരമില്ല. പ്രപഞ്ചത്തിലുള്ള ശക്തികളുടെ എല്ലാം ആകത്തുക എപ്പോഴും, എവിടെയും ഒന്നുതന്നെയാണെന്ന് പുതിയ ഭൗതിക വിജ്ഞാനികൾ തെളിയിച്ചിരിക്കുന്നു. ഈ ശക്തിയുടെ ആകത്തുക രണ്ടുവിധത്തിൽ ഇരിക്കയാണെന്നുള്ളതും തെളിയിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ഇത് ലീനവും, ശാന്തവുമായി അടങ്ങുകയും പിന്നെ പലപ്രകാരമുള്ള ഈ എല്ലാ ശക്തികളുമായി വെളിപ്പെട്ടു പുറത്തുവരികയും ചെയ്യുന്നു. വീണ്ടും ഇത് അശാന്താവസ്ഥയിലേക്ക് മടങ്ങുകയും വീണ്ടും പ്രത്യക്ഷപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇപ്രകാരം ഇത് ആവിർഭവി

ച്ചും, തിരോഭവിച്ചും എന്നെന്നേക്കും ഇരുന്നു കൊണ്ടേ ഇരിക്കുന്നു. മേൽപറഞ്ഞ പ്രകാരമുള്ള ഈ പ്രാണന്റെ നിയമനത്തെയാണ് പ്രാണായാമം എന്ന് പറയുന്നത്. ശ്വാസാഭ്യാസത്തിനു ഒരു പരിശീലനം എന്നുള്ളതല്ലാതെ ഈ പ്രാണായാമത്തോട് വേറെ വലുതായ സംബന്ധമൊന്നുമില്ല. മനുഷ്യശരീരത്തിൽ ഈ പ്രാണന്റെ ഏറ്റ വും സ്പഷ്ടമായ ആവിർഭാവം ശ്വാസകോശത്തിന്റെ ചലനമാകുന്നു. അത് നിന്നു പോയാൽ ശരീരം നിന്നു. ശരീരത്തിലെ ശക്തിയുടെ മറ്റെല്ലാ പരിണാമങ്ങളും ഇത് തടുക്കപ്പെട്ടാൽ ഉടനെ നിന്നു. ഈ ചലനം നിന്നുപോയാലും ജീവിച്ചിരിക്കത്തക്കവ ണ്ണം അഭ്യസിക്കാൻ കഴിയുന്ന ആളുകളും ഉണ്ട്. ഏതാനും മാസങ്ങൾ ഭൂമിയിൽ കുഴിച്ചു മൂടിയിരുന്നാൽ കൂടിയും ശ്വാസം വിടാതെ ജീവിച്ചിരിപ്പാൻ കഴിയുന്നവരാ യും ചിലരുണ്ട്. എന്നാൽ സാധാരണയാളുകൾക്കൊക്കെ ഈ ശ്വാസചലനം തന്നെ യാണ് ശരീരത്തിലെ പ്രധാനമായ സ്ഥൂലചലനമായിരിക്കുന്നത്. അധികം സൂക്ഷ്മ മായുള്ളതിൽ എത്തുന്നതിനു നാം അതിനേക്കാൾ സ്ഥൂലമായത്തിന്റെ സഹായ ത്തെ അപേക്ഷിക്കണം. അപ്രകാരം ക്രമേണ നാം ഏറ്റവും സൂക്ഷ്മമായതിനെ ല ക്ഷ്യമാക്കി ചെല്ലുകയും ഒടുവിൽ നമ്മുടെ ഉദ്ദിഷ്ടഭൂമിയിൽ എത്തുകയും വേണം. ശരീരത്തിലുള്ള എല്ലാ ചലനങ്ങളിലും വച്ച് ഏറ്റവും സ്പഷ്ടമായിരിക്കുന്നത് ശ്വാസ കോശചലനമാണ്. അതാണ് ശാരീരമായ മറ്റെല്ലാ ശക്തികളേയും വലിപ്പിച്ചുകൊ ണ്ടിരിക്കുന്ന പ്രഥമചക്രം. പ്രാണായാമം എന്നതിന്റെ വാസ്തവമായ അർത്ഥം ഈ ശ്വാസകോശചലനത്തിന്റെ നിയമനം എന്നാണ്. ഈ ചലനത്തിൻ ശ്വാസോച്ഛ്വാസ ത്തോട് സംബന്ധമുണ്ട്.

ശ്വാസോച്ഛ്വാസം കൊണ്ട് ഈ ചലനം ഉണ്ടാകുന്നു എന്നുവച്ചല്ല. നേരെമറിച്ച് ഈ ചലനം കൊണ്ടാണ് ശ്വാസോച്ഛ്വാസങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നത്. ഈ ചലനം വായുവിനെ പീച്ചാങ്കുഴലിന്റെ ആകർഷണരീതിപോലെ ഉള്ളിലേക്ക് വലിക്കുന്നു. പ്രാണൻ ശ്വാസ കോശത്തെ ചലിപ്പിക്കുന്നു. ശ്വാസകോശത്തിന്റെ ആ ചലനം വായുവിനെ ഉള്ളി ലേക്ക് വലിക്കയും ചെയ്യുന്നു. അതുകൊണ്ട് പ്രാണായാമം ശ്വാസാഭ്യാസമല്ല. പിന്നേ യോ ശ്വാസകോശത്തെ ചലിപ്പിക്കുന്ന മാംസലീനമായ ആ ശക്തിയുടെ നിയമന മത്രേ. ആ മാംസലീനശക്തി സിരകൾ വഴിയായി കടന്നുചെന്നു മാംസപേശികളി ലേക്കും അവിടെനിന്നും, അവിടെ നിന്നു ശ്വാസകോശത്തിലേക്കും എത്തി അവയെ ഒരു ക്രമം അനുസരിച്ചു ചലിപ്പിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ആ ശക്തിയാകുന്നു പ്രാണൻ. പ്രാണായാമ പരിശീശലനത്തിൽ അതിനെയാണ് നമുക്ക് നിയമനം ചെയ്യേണ്ടി യുള്ളത്. ഈ പ്രാണനെ നിയമനം ചെയ്തുകഴിഞ്ഞാൽ ഉടനെ ശരീരത്തിലുള്ള പ്രാണന്റെ മറ്റെല്ലാ വ്യാപാരങ്ങളും ക്രമേണ നമ്മുടെ ആജ്ഞയിൻ കീഴിൽ വരുന്ന തായി നമുക്ക് കാണാം. ശരീരത്തിലെ മിക്കവാറും എല്ലാ മാംസപേശികളേയും വശംവദമാക്കീട്ടുള്ള ചിലയാളുകളെ ഞാൻ തന്നെ കണ്ടിട്ടുണ്ട്. എന്തുകൊണ്ട് പാടി ല്ല? ഏതാനും മാംസപേശികളെ എനിക്ക് നിയന്ത്രിപ്പാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ എന്തുകൊ ണ്ട് എല്ലാ മാംസപേശി കളേയും സിരകളെയും നിയന്ത്രിപ്പാൻ കഴികയില്ല? എന്തശ ക്യതയാണുള്ളത്?

തൽക്കാലം നിയന്ത്രണം വിട്ടുപോകയും ചലനം സ്വയം സിദ്ധമായിത്തീരുകയും ചെ യ്തിരിക്കുന്നു. നമുക്ക് കാതുകളെ ഇഷ്ടം പോലെ ചലിപ്പിപ്പാൻ കഴികയില്ല. എ ന്നാൽ മൃഗങ്ങൾക്ക് അത് കഴിയുമെന്ന് നാം അറിയുന്നു. നമുക്ക് ആ ശക്തിയില്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ നാം അതിനെ പരിശീലിക്കുന്നില്ല. ഇങ്ങിനെ വരുന്നതിന് പാ രമ്പര്യ സിദ്ധിയെന്നു പറയുന്നു.

എന്നുതന്നെയല്ല, ലീനമായിരിക്കുന്ന ചലനത്തെ പ്രത്യക്ഷമാക്കി കൊണ്ടുവരാൻ ക ഴിയുമെന്നും നമുക്കറിയാം. തീവ്രമായ യത്നവും, അഭ്യാസവും കൊണ്ട് ശരീരത്തി ൽ ഏറ്റവും അന്തർലീനമായിക്കിടക്കുന്ന ചില ചലനങ്ങളെക്കൂടിയും പൂർണ്ണമായ നി യന്ത്രണത്തിൻകീഴു കൊണ്ടുവരാൻ സാധിക്കുന്നതാണ്. ഇങ്ങിനെ ഊഹിച്ചു നോ ക്കിയാൽ ശരീരത്തിന്റെ ഓരോ ഭാഗത്തേയും പൂർണ്ണ നിയന്ത്രണത്തിൽ കൊണ്ടുവ

രുന്നത് ഒന്നുകൊണ്ടും അശക്യമല്ലെന്നും നേരെമറിച്ച് സംഭാവ്യമാണെന്നും നാം കാണുന്നു. യോഗി ഇതിനെ പ്രാണായാമം കൊണ്ടു സാധിക്കുന്നു. പ്രാണായാമ ത്തിൽ ശ്വാസത്തെ ഉള്ളിലേക്ക് വലിക്കുമ്പോൾ നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തെ മുഴുവൻ പ്രാണനെക്കൊണ്ട് പൂരിക്കണമെന്ന് പക്ഷേ നിങ്ങളിൽ ചിലർ യോഗശാസ്ത്രങ്ങളി ൽ വായിച്ചിരിക്കാം. ഇംഗ്ലീഷ് തർജ്ജിമകളിൽ പ്രാണൻ എന്നപദം ശ്വാസം എന്ന അ ർത്ഥത്തിൽ പ്രയോഗിച്ചിരിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ട് നിങ്ങൾക്ക് അത് എങ്ങിനെ സാധി ക്കുമെന്ന് സംശയം തോന്നുന്നതാണ്. അത് തർജ്ജിമക്കാരുടെ തെറ്റാകുന്നു. ജീവ ശക്തിരൂപമായ പ്രാണനെകൊണ്ട് ശരീരത്തിന്റെ എല്ലാ ഭാഗവും പൂരിപ്പിക്കാം. അ ങ്ങിനെ ചെയ്വാൻ നിങ്ങൾക്കു എപ്പോൾ കഴിയുമോ അപ്പോൾ നിങ്ങൾക്കു മുഴു വൻ ശരീരത്തേയും നിയന്ത്രിപ്പാൻ കഴിയും. ശരീരത്തിൽതോന്നുന്ന എല്ലാ ഉപദ്ര വത്തെയും, അസ്വാസ്ഥ്യത്തെയും പൂർണ്ണയമായും നിയന്ത്രിപ്പാൻ കഴിയും. അത്ര മാ ത്രമല്ല മറ്റുള്ളവരുടെ ശരീരത്തേയും കൂടി നിങ്ങൾക്ക് നിയന്ത്രിപ്പാൻ കഴിയും. നല്ല താകട്ടെ, ചീത്തയാകട്ടെ ഈ ലോകത്തിലുള്ളതെല്ലാം പകർച്ചയുള്ളതാണ്. നിങ്ങ ളുടെ ശരീരത്തിൽ ഒരു വേഗം ഉണ്ടാകുമ്പോൾ ആ വേഗത്തെമറ്റുള്ളവരിൽ അങ്കു രിപ്പാനുള്ള ഒരു താൽപര്യം കൂടി അതിനുണ്ടാകുന്നു. നിങ്ങൾക്കു ബലവും, ആ രോഗ്യവും ഉണ്ടെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ അടുത്തു താമസിക്കുന്നവർക്കും ബലവാന്മാരും, അരോഗികളും ആയിരിപ്പാനുള്ള ഒരു താൽപര്യം ഉണ്ടാകുന്നു. എന്നാൽ നിങ്ങൾ രോഗികളും, ബലഹീനരുമാണെങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ സമീപസ്ഥന്മാർക്കും അപ്രകാര മായിത്തീരാനുള്ള ഒരു താൽപര്യം ജനിക്കുന്നതാകുന്നു. ഈ വേഗജനകമായ വിസ്ഫുരണം മറ്റൊരു ശരീരത്തിലേക്ക് നയിക്കപ്പെട്ട പോലെ ആയിത്തീരുകയാണ്. ഒരാളിന്റെ രോഗം ശമിപ്പിപ്പാൻ മറ്റൊരാൾ ശ്രമിക്കുന്ന വിഷയത്തിൽ ആദ്യ അഭിപ്രാ യം കേവലം തന്റെ ആരോഗ്യത്തെ താൻ മറ്റവനിൽ പകർത്തുന്നു എന്നുള്ളതാ കുന്നു. ചികിത്സയുടെ പൂർവ്വസമ്പ്രദായം ഇതാണ്. അറിഞ്ഞിട്ടോ, അറിയാതേയോ ആരോഗ്യത്തെ പകർത്താൻ കഴിയും. ബലിഷ്ഠനായ മനുഷ്യൻ തന്നോടൊത്തുതാമ സിക്കുന്ന ബലഹീനനെ പൂർവാധികം ബാലവാനാക്കിത്തീർക്കും. താൻ അറിഞ്ഞെ ന്നോ, അറിഞ്ഞില്ലെന്നോ വരാം. അറിവോടുകൂടി ചെയ്യുമ്പോൾ ഇത് കുറേക്കൂടി ശീഘ്രതരമായും ക്രിയയിൽ കുറേക്കൂടി ഫലവത്തായും തീരുന്നു. പിന്നെ അടുത്ത തു താൻ അത്ര ആരോഗ്യശാലിയായി ഇരിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ കൂടിയും ഒരു മനുഷ്യ നു മറ്റൊരു മനുഷ്യനു ആരോഗ്യം നൽകുവാൻ സാധിച്ചു വരുന്നതായി നാം അറി യുന്നെല്ലോ എന്നുള്ള സംഗതിയാണ്. അങ്ങിനേയുള്ള സംഗതിയിൽ ആദ്യത്തെ മനുഷ്യനു പ്രാണൻ കുറേക്കൂടി സ്വാധീനമായിരിക്കയും തൽക്കാലം ഒരു പ്രത്യേക വിസ്ഫുരണക്രമത്തിലേക്കു എന്നപോലെ ഉയർത്തി ക്കൊണ്ടുവരുന്നതിനും അതി നെ മറ്റവനിൽ പകർത്തുന്നതിനും സാധിക്കയും ചെയ്യുക ആകുന്നു. ഈ സമ്പ്ര ദായം ദൂരത്തിൽ നടത്താൻ സാധിച്ചിരിക്കുന്നതായും ദൃഷ്ടാന്തങ്ങളുണ്ട്. എന്നാൽ വാസ്തവത്തിൽ ഒരു പഴുതു (ശൂന്യമായ ഒരു അന്തരാളം) എന്ന അർത്ഥത്തിൽ ദൂ രം തന്നെ ഇല്ലാത്ത താകുന്നു. ഒരു പഴുതുള്ള ദൂരം എവിടെയുണ്ട്? നിങ്ങൾക്കും, സൂര്യനും മദ്ധ്യേ ഏതെങ്കിലും ഒരു പഴുതുണ്ടോ? ഇത് അനുസ്യൂതമായി വ്യാപി ച്ചുകിടക്കുന്ന ഒരു ഭൂതസംഘാതം; സൂര്യൻ അതിന്റെ ഒരു ഭാഗം, നിങ്ങൾ മറ്റൊരു ഭാഗം. ഒരു നദീ പ്രവാഹത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തിനും, മറ്റൊരു ഭാഗത്തിനും മദ്ധ്യേ ഒരു പഴുതുണ്ടോ? അപ്പോൾ എന്തുകൊണ്ട് ഏതു ശക്തിക്കും സഞ്ചരിച്ചു കൂടാ? ഇതി നെ ഖണ്ഡിപ്പാൻ യുക്തിയില്ല. ഈ ദൃഷ്ടാന്തങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും വാസ്തവമത്രേ? ഈ പ്രാണനെ വളരെ ദൂരത്തിൽ സംക്രമിപ്പിച്ചു കൊണ്ടുപോവാൻ കഴിയും. എ ന്നാൽ ഈ ദൃഷ്ടാന്തങ്ങളിൽ ഒരു വാസ്തവ സംഭവത്തിൻ എത്രയോ നൂറുകണ്ടു വ്യാജങ്ങളും ഉണ്ടായിരിക്കും. ഇത് വിചാരിച്ചുവരും വണ്ണം അത്ര എളുപ്പമായ സംഗ തിയല്ല. ഈ ചികിത്സയുടെ ഏറ്റവും സാധാരണമായ ദൃഷ്ടാന്തങ്ങളിൽ തന്നെ ചികി ത്സകന്മാർ കേവലം മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ സ്വാഭാവികമായ ആരോഗ്യാ വസ്ഥയെ ഉപായമായി പിടിച്ചു കൊള്ളുമാറുണ്ടെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് കാണാം. പിടിപെട്ടവരിൽ ഭൂരിഭാഗത്തേയും കൊല്ലുന്നതായ രോഗം ലോകത്തിലില്ല. സാംക്രമികമായ വിഷൂ ചികയിൽ തന്നെ ഏതാനും ദിവസത്തേക്ക് നൂറ്റിനു അറുപതു കണ്ടു മരിക്കു മെങ്കി

ൽ പിന്നീട് മരണത്തിന്റെ നിരക്ക് കുറഞ്ഞുകുറഞ്ഞു നൂറ്റിനു മുപ്പതും ഇരുപ തും വീതമായിത്തീരുകയും ശേഷം പേർ രക്ഷപ്പെടുകയും ചെയ്യും. ഒരു 'ആലോ പ്പതി' വൈദ്യൻ വന്നു വിഷൂചികയ്ക്കു മരുന്നു കൊടുക്കുന്നു. ഒരു ഹോമിയോ വൈദ്യ നും വന്നു മരുന്നു കൊടുക്കുന്നു. ഈ ഒടുവിൽ പറഞ്ഞ വൈദ്യന്റെ ചികിത്സയി ൽ പക്ഷേ അധികപേർക്കു സുഖം കിട്ടിയെന്നു വരാം. എന്തുകൊണ്ടെന്നാൽ അ യാൾ രോഗിയുടെ ശരീരത്തിൽ ഉപദ്രവമൊന്നും ചെയ്യുന്നില്ല. പ്രകൃതിയെ അതിൽ ഇഷ്ടം പോലെ പ്രവർത്തിച്ചുകൊള്ളുവാൻ അനുവദിക്കുന്നു. എന്നാൽ വിശ്വാസം കൊണ്ട് തന്നെ ചികിത്സിപ്പാൻ ശീലിച്ചിട്ടുള്ളവർ ഇതിലും അധികം പേരെ സുഖ പ്പെടുത്തുന്നതാണ്. കാരണം, അവർ മനശ്ശക്തിയെ എകാഗ്രീകരിച്ചു അതിനെ വിശ്വാസം വഴിയായി രോഗിയുടെ മങ്ങിക്കിടക്കുന്ന പ്രാണശക്തിയിലേക്ക് പ്രയോ ഗിച്ചു ആ പ്രാണശക്തിയെ ഉന്മേഷപ്പെടുത്തുകയാകുന്നു. എന്നാൽ അവർക്കു സാ ധാരണയായി ഒരബദ്ധം പറ്റാറുണ്ട്. കേവലം വിശ്വാസമാണ് രോഗശാന്തി വരുത്തു ന്നതെന്നു അവർവിചാരിക്കുന്നു. വിശ്വാസം കൊണ്ട് മാത്രം എല്ലാ രോഗങ്ങളും ശ മിച്ചുകാണുന്നില്ല. ചില രോഗങ്ങളുണ്ട്; അവ പിടിപെട്ടാൽ രോഗികൾ ഒരിക്കലും തങ്ങൾക്കു രോഗം പിടിപെട്ടെന്നു അശേഷം വിചാരിക്കുന്നില്ല. ആ ദൃഢവിശ്വാസം തന്നെയാണ് ആ രോഗങ്ങളുടെ ഏറ്റവും വലുതായ ദുർലക്ഷണവും. ആ ലക്ഷണം കണ്ടുതുടങ്ങിയാൽ രോഗിക്ക് മരണം അടുത്തു എന്ന് സാധാരണയായി ഊഹിച്ചു കൊള്ളാം. വിശ്വാസചികിത്സകന്റെ ഊഹത്തിന്നു ഈ മാതിരിയുള്ള സംഗതികളിൽ വ്യാപ്തിയില്ലാതെ പോകുന്നു.

വിശ്വാസമാണ് രോഗത്തെ ശമിപ്പിക്കുന്നതെങ്കിൽ ഇങ്ങിനെയുള്ള രോഗികൾക്കും രോഗമില്ലെന്നുള്ള വിശ്വാസം കൊണ്ട് സുഖം കിട്ടേണ്ടി വരുന്നു. വാസ്തവ രോഗ ശാന്തി പ്രാണശക്തി മൂലമായിട്ടാണുണ്ടാകുന്നത്. ഈ പ്രാണനെ സ്വാധീനമാക്കീ ട്ടുള്ള പരിശുദ്ധപുരുഷൻ അതിനെ മറ്റുള്ളവരിൽ നയിക്കത്തക്ക ഒരു വിസ്ഫുരണാ വസ്ഥയിൽ കൊണ്ടുവരികയും അവരിലും അപ്രകാരം തന്നെയുള്ള വിസ്ഫുരണ ത്തെ ഉല്പാദിപ്പിക്കയും ചെയ്വാൻ ശക്തിയുണ്ട്. ദിവസംപ്രതിയുള്ള നമ്മുടെ പ്രവൃ ത്തികളിൽ നിങ്ങൾക്ക് അതിനെ കാണാം. ഞാൻ നിങ്ങളോട് സംസാരിച്ചു കൊണ്ടി രിക്കുന്നു. എന്തു ചെയ്യാനാണ് ഞാൻ ശ്രമിക്കുന്നത്? എന്റെ മനസ്സിനെ ഞാൻ ഒരു പ്രത്യേക വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരികയാകുന്നു.

ആ അവസ്ഥയിൽ അതിനെ കൊണ്ടുവരാൻ എനിക്ക് എത്രയധികം സാധിക്കുമോ അത്രയധികം ഞാൻ പറയുന്നത് നിങ്ങളിൽ ഫലിക്കുന്നതാണ്. അത് നിങ്ങൾക്ക് എല്ലാവർക്കുമറിയാവുന്നതാണല്ലോ? ഞാൻ അധികം ഉത്സാഹത്തോടു കൂടി പ്രസം ഗിക്കുന്ന ദിവസം പ്രസംഗം നിങ്ങൾക്ക് അധികം രുചിക്കയും, എന്റെ ഉത്സാഹാ തിശയം കുറയുമ്പോൾ നിങ്ങൾക്കു രസക്കുറവു തോന്നുകയും ചെയ്യുന്നില്ലേ?

ലോകത്തിന്റെ അതിമഹത്തായ മനശ്ശക്തികൾ മൂർത്തീഭവിച്ച ലോകപ്രേരകന്മാരായ മഹാന്മാർക്ക് അവരുടെ പ്രാണനെ ഒരു ഉയർന്ന വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയിൽ കൊണ്ടു വരാൻ കഴിയും. അത് ഒരു ക്ഷണത്തിൽ മറ്റുള്ളവരിൽ പ്രതിഫലിക്കും. അനേകാ യിരം പേർ അവരാൽ ആകർഷിക്കപ്പെടുകയും, ലോകത്തുള്ള ഒന്നുപാതി ജനങ്ങ ളും അവർ വിചാരിക്കുന്നതുപോലെ വിചാരിക്കുകയും ചെയ്യും. അതിനു അത്ര മാ ഹാത്മ്യവും, ശക്തിയുമുണ്ട്. ലോകത്തിലെ മഹാന്മാരായ ദീർഘദർ ശികകൾക്ക് ഏ റ്റവും അത്ഭുതകരമായ പ്രാണനിയമനം സിദ്ധിച്ചിരുന്നു. അതവർക്ക് ഗംഭീരമായ മന ശ്ശക്തിയെ നൽകി. അവർ തങ്ങളുടെ പ്രാണനെ അത്യന്തം ഉയർന്ന നിലയിലുള്ള ചലനാവസ്ഥയിൽ എത്തിച്ചു. അതാണ് അവർക്കു ലോകത്തെ ഭരിപ്പാനുള്ള ശക്തി യെ നൽകിനയത്. ഈ നിയമനത്തിൽ നിന്നാണ് എല്ലാ സിദ്ധികളും ഉണ്ടാകുന്നത്. മനുഷ്യർക്ക് ആ രഹസ്യം അറിഞ്ഞുകൂടെന്നു വരാം. എന്നാൽ അതിന്ന് ഇതൊന്നേ കാരണമായി പറവാൻ കാണുന്നുള്ളൂ.

നിങ്ങളുടെ സ്വന്തശരീരത്തിൽ തന്നെ ചിലപ്പോൾ പ്രാണന്റെ സംഭാരം ഒരുഭാഗത്തു അധികമായോ ന്യൂനമായോ ആകർഷിക്കപ്പെടുന്നു. അപ്പോൾ സമത തെറ്റുന്നു. എപ്പോൾ പ്രാണന്റെ സമത തെറ്റിയോ അപ്പോൾ നാം രോഗമെന്ന് പറയുന്നതായ അവസ്ഥ അതിൽ നിന്നു സംഭവിക്കുന്നു. അധികപ്പെട്ട പ്രാണനെ എടുത്തുകളകയോ കുറവുള്ള പ്രാണനെ സംഭരിച്ചുകൊടുക്കുകയോ ചെയ്യുന്നതാണ് രോഗത്തെ ശമിപ്പിക്കുക എന്നുള്ളത്. കൂടാതെയും ശരീരത്തിന്റെ ഒരു ഭാഗത്തിൽ പ്രാണൻ അധികമായോ കുറവായോ ഇരിക്കുമ്പോൾ അതിനെ അറിയുന്നതും പ്രാണായാമം തന്നെ.

ഗ്രഹണശക്തി അഭ്യാസത്താൽ വളരെ സൂക്ഷ്മങ്ങളായിത്തീരും;അതുകൊണ്ട് കാലിന്റെ പെരുവിരലിലോ, തള്ളവിരലിലോ വേണ്ടതിൽ കുറവായേ പ്രാണനുള്ളൂവെങ്കിൽ അതിനെ മനസ്സ് ഗ്രഹിക്കും. അതിനെ സംഭരിച്ചുകൊടുപ്പാനുള്ള ശക്തിയും അതിനുണ്ടായിരിക്കും. ഇവ പ്രാണായാമത്തിന്റെ വിവിധ വ്യാപാരങ്ങളിൽ ചിലതാകുന്നു. അവയെ സാവധാനമായും, ക്രമമായും അഭ്യസിക്കണം.

വാസ്തവത്തിൽ രാജയോഗത്തിന്റെ മുഴുവൻ നോട്ടവും പ്രാണനെ അതിന്റെ നാനാ പ്രകാരമുള്ള സ്ഥാനങ്ങളിലെല്ലാം നയിക്കയും, നിയമനം ചെയ്കയും ചെയ്‌വാൻ പഠിപ്പിക്കയാണെന്നുള്ളത് നിങ്ങൾക്ക് ഇപ്പോൾ മനസ്സിലായിരിക്കുമല്ലോ? ഒരുത്തൻ തന്റെ ജീവശക്തികളെ എല്ലാം എകാഗ്രപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നു എങ്കിൽ അവൻ തന്റെ ശരീരത്തിലുള്ള പ്രാണനെ വശമാക്കിയിരിക്കുകയാകുന്നു. ഒരുത്തൻ ധ്യാനിക്കുമ്പോൾ അവൻ തന്റെ പ്രാണനെ എകാഗ്രപ്പെടുത്തുകയും ആകുന്നു.

ഒരു മഹാസമുദ്രത്തിൽ പർവ്വതം പോലെ വമ്പിച്ച തിരമാലകളും, അതിൽ ചെറിയതും അതിലും ചെറിയതുമായ അലകളും ഇങ്ങേയറ്റം നീർപ്പോളകൾ വരേയും ഉണ്ട്. എന്നാൽ ഇവയ്ക്കെല്ലാം ആധാരമായിരിക്കുന്നത് ആ അപാരമായ സമുദ്രം തന്നെ. നീർപ്പോള ആ അപാരമഹാസമുദ്രത്തിന്റെ ഒരറ്റത്തും, വമ്പിച്ച തിരമാല മറ്റേ അറ്റത്തും അതിനോട് സംബന്ധിച്ചിരിക്കുന്നു. അതുപോലെ ഒരുത്തൻ ഒരു മഹാപുരുഷനും, മറ്റൊരുത്തൻ ഒരു നീർപ്പോള പോലെ നിസ്സാരനും ആയിരിക്കാം. എന്നാൽ ഓരോരുത്തനും ആ അപാരമായ ശക്തിസമുദ്രത്തോട് സംബന്ധിച്ചിരിക്കയാണ്. അത് ജീവിച്ചിരിക്കുന്ന എല്ലാ പ്രാണികൾക്കും ഒന്നുപോലെയുള്ള ജന്മാവകാശവുമാകുന്നു. എവിടെയെങ്കിലും ഒരു ജീവിതമുണ്ടെങ്കിൽ ആ അഖണ്ഡശക്തിയുടെ സംഭാരശാല അതിനടിയിൽ ഉണ്ട്. ഒരു ജീവൻ ഒരു പൂപ്പിൽ(പൊടിക്കുമിളിൽ) അല്ലെങ്കിൽ ഭൂതക്കണ്ണാടി കൊണ്ട് നോക്കിയറിയത്തക്ക അതികൃശമായ ഒരു നീർപ്പോളയിൽ നിന്നു പുറപ്പെട്ടു അതുമുതൽ ആ അപരിച്ഛിന്നമായ സംഭാര ശാലയിൽ നിന്നു ജീവശക്തിയെ ആകർഷിച്ചുകൊണ്ട് മന്ദമന്ദമായി ശരീരം മാറി കാലാന്തരത്തിൽ ഒരു ചെടിയായും, പിന്നെ ഒരു ജന്തുവായും, അനന്തരം മനുഷ്യനായും, അവസാനം ഈശ്വരനായും തീരുന്നു. ഇത് എത്രയോ കോടി പുരുഷാന്തരങ്ങൾ കൊണ്ട് സാധിക്കുന്നതാകുന്നു. എന്നാൽ കാലം എന്നുവച്ചാൽ എന്താണ്? അധികതരമായ വേഗത്തിനും, അധികതരമായ ശ്രമത്തിനും കാലത്തിന്റെ ദൈർഘ്യത്തെ ലഘൂകരിപ്പാൻ കഴിയും. സ്വഭാവേനയായാൽ ദീർഘകാലം കൊണ്ട് സാധിക്കാവുന്ന സംഗതിയെ തീവ്രപ്രയത്നം കൊണ്ടു വേഗത്തിൽ സാധിക്കാമെന്ന് യോഗി പറയുന്നു. ഒരു മനുഷ്യൻ പ്രപഞ്ചത്തിലുള്ള അഖണ്ഡമായ ഭുത സംഘാതത്തിൽ നിന്നു ജീവശക്തിയെ ഉള്ളിലേക്ക് ആകർഷിച്ചുകൊണ്ട് മന്ദമായി കയറിവരാം അവനു പക്ഷെ ഒരു ദേവനാകണമെങ്കിൽ ഒരു ലക്ഷം വർഷവും, പിന്നെയും അതിനേക്കാൾ ഉയർന്ന സ്ഥാനത്തേയ്ക്ക് അഞ്ചുലക്ഷം വർഷവും, പൂർണ്ണനാകുന്നതിന് പക്ഷെ അമ്പതു ലക്ഷം വർഷവും വേണ്ടിവന്നു എന്നു വരാം. വളർച്ചയെ ശീഘ്രമാക്കിയാൽ സമയത്തെക്കുറയ്ക്കാം. എന്തുകൊണ്ട് ഈ പൂർണ്ണാവ സ്ഥയെത്തന്നെ ആറു മാസം കൊണ്ടോ ആറു വർഷംകൊണ്ടോ പ്രാപിക്കുന്നത് ശക്യമല്ല? ക്ലിപ്തമായ അവധി ഉണ്ടായിരിപ്പാൻ പാടില്ല. ഊഹിച്ചാൽ അങ്ങിനെയാണ് കാണുന്നത്. ഒരു ആവിയന്ത്രം

ഏതാനും കൽക്കരികൊണ്ട് ഒരു മണിക്കൂറിൽ രണ്ടു മൈൽ ഓടുന്നു എങ്കിൽ അധികം കൽക്കരിയിടുക, അതിനേക്കാൾ വേഗത്തിൽ അതോടിയെത്തും. അതു പോലെ ആത്മാവും അതിന്റെ യത്നത്തെ തീവ്രമാക്കിയാൽ ആ ലക്ഷ്യത്തെ ഈ ജീവിതത്തിൽ എന്തുകൊണ്ട് പ്രാപിക്കയില്ല? എല്ലാ ജീവികളും ഒടുവിൽ ആ പൂർണ്ണാവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കുമെന്ന് നമുക്കറിയാമല്ലോ? പിന്നെ ഈ അനേകകോടി പുരുഷാന്തരങ്ങൾ വരെ കാത്തിരിപ്പാൻ ആരു കരുതും? എന്തുകൊണ്ട് അതിനെ ഈ ശരീരത്തിൽ ഈ മനുഷ്യരൂപത്തിൽ ഇരുന്നുകൊണ്ടുതന്നെ ഉടനെ പ്രാപിച്ചുകൂടാ?

എന്തുകൊണ്ടെനിക്കു ആ അഖണ്ഡമായ ജ്ഞാനവും അഖണ്ഡമായ ശക്തിയും ഇപ്പോൾ തന്നെ ലഭിച്ചുകൂടാ? അതാണ് യോഗിയുടെ ലക്ഷ്യം. യോഗശാസ്ത്രം മുഴുവൻ ഈ ഒരു ലക്ഷ്യത്തെ നോക്കിയാണ് പുറപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. അത് പഠിപ്പിക്കുന്നത്, മന്ദമായി കയറിച്ചെന്നു ഓരോരോ സ്ഥാനം കടന്നു മനുഷ്യവർഗ്ഗം മുഴുവൻ വെളിയിൽവന്നു പൂർണ്ണാവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കുന്നതുവരെ കാത്തിരിക്കുന്നതിനു പകരം ശക്തിയെ അധികപ്പെടുത്തി സമയത്തെ എങ്ങിനെ ചുരുക്കാമെന്നും, സ്വരൂപീകരണ ശക്തിയെ എങ്ങനെ തീവ്രമാക്കിചെയ്യാമെന്നും, അതുകൊണ്ട് പൂർണ്ണതയെ പ്രാപിക്കുന്നതിനുള്ള കാലത്തെ എങ്ങനെ ചുരുക്കാമെന്നും ആകുന്നു. ലോകത്തിലെ മഹാത്മാക്കളായ ദീർഘദർശികളും, തപസ്വികളും, ഋഷിമാരും എല്ലാം എങ്ങനെയുള്ളവരാണ്?

തങ്ങൾ ജീവിച്ച പരിമിതമായ ഒരു കാലം കൊണ്ടു അവർ മനുഷ്യസന്തതിയുടെ മുഴുവൻ ജീവിതകാലമത്രയും ജീവിച്ച ഫലം സ്വാനുഭവത്തിൽ വരുത്തിയിരുന്നു. സാധാരണ മനുഷ്യവർഗ്ഗത്തിനു പൂർണ്ണതയെ പ്രാപിപ്പാനുള്ള കാലത്തിന്റെ മുഴുവൻ ദൈർഘ്യത്തെയും ചുരുക്കിക്കളഞ്ഞു. ഈ ജീവിതത്തിൽത്തന്നെ അവർ അവരെ പൂർണ്ണന്മാർ(മുക്തന്മാർ) ആക്കിചെയ്യുന്നു. അവർക്കു മറ്റൊന്നിനെക്കുറിച്ചും ചിന്തയില്ല. ഒന്നിനെയും ആശിക്കുന്നില്ല. ഒരു ക്ഷണംപോലും വേറൊരുദ്ദേശത്തിനു വേണ്ടി അവർ ജീവിക്കുന്നില്ല. അതുകൊണ്ട് അവരുടെ വഴിയുടെ ദൂരം ചുരുങ്ങിപ്പോകുന്നു. പ്രവൃത്തിയെ അതായത് സ്വരൂപീകരണത്തെ തീവ്രമാക്കി അതുകൊണ്ട് സമയത്തെ ചുരുക്കുന്നതിനാണ് ഏകാഗ്രത എന്നു പറയുന്നത്. നമുക്ക് ഏകാഗ്രതാസിദ്ധിയെ സമ്പാദിപ്പാനുള്ള ഉപായത്തെ ഉപദേശിക്കുന്ന ശാസ്ത്രം രാജയോഗവുമാണ്.

പരേതവിശ്വാസത്തോട് ഈ പ്രാണായാമത്തിനു എന്തു സംബന്ധമുണ്ട്? അതും പ്രാണായാമത്തിന്റെ ഒരു പരിണാമമത്രെ. 'പരേതന്മാരായ ആത്മാക്കൾ ഉണ്ട്; നമുക്കു അവരെ കാണാൻകഴിയില്ലെന്ന് മാത്രമേ ഉള്ളൂ'എന്നുള്ളതു ശരിയാണെങ്കിൽ നമുക്കു കാണുകയോ, അറികയോ, തൊടുകയോ ചെയ്‌വാൻ പാടില്ലാത്ത വണ്ണം എത്രയോ കോടി ആത്മാക്കൾ ഇവിടെ ജീവിക്കുന്നുണ്ടെന്നു ള്ളത് നിശ്ചയമായും സംഭാവ്യമാണ്. നാം അവരുടെ ശരീരങ്ങളിൽക്കൂടി അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും നിരന്തരമായി ഗതാഗതം ചെയ്യുണ്ടാവാം. നമ്മേ അവർ കാണുകയും, അറികയും ചെയ്യുന്നില്ലെന്നുള്ളതും സംഭാവ്യമായി വരാം. ഇത് ഒരു വൃത്തരേഖക്കുള്ളിൽ ഒരു വൃത്തരേഖ, അതായതു പ്രപഞ്ചത്തിനുള്ളിൽ പ്രപഞ്ചം ആയിരിക്കുന്നു. ഒരേ നിലയിൽ ഉള്ളവർ മാത്രം അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും കാണുന്നു. നമുക്കഞ്ചിന്ദ്രിയങ്ങൾ ഉണ്ട്. നാം പ്രാണന്റെ ഒരു പ്രത്യേക വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയുടെ സന്തതികളാണ്. ഒരേ വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയിലുള്ള ആത്മാക്കൾ എല്ലാം അന്യോന്യം കാണും. എന്നാൽ പ്രാണന്റെ അതിനേക്കാൾ ഉയർന്നതരം വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയുടെ സന്തതികളായി ആത്മാക്കൾ ഉണ്ടെങ്കിൽഅവർ ദൃഷ്ടിക്കു വിഷയമാകുന്നില്ല. പ്രകാശത്തിന്റെ തീവ്രതയെ നമുക്കു തീരേപ്രകാശം കാണാതാകത്തക്ക സ്ഥിതി വരെ വർദ്ധിപ്പിക്കാൻ കഴിയും. എന്നാൽ അങ്ങിനെയുള്ള പ്രകാശത്തെ കാണുന്നതിൻ വേണ്ടത്ര ശക്തിമത്തായ കണ്ണുകളുള്ള ജീവികളും ഉണ്ടാവാം. തീരേ വിസ്ഫുരണങ്ങൾ മന്ദമായിരിക്കുമ്പോഴും നാം പ്രകാശത്തെ കാണുന്നില്ല. എന്നാൽ പൂച്ച, മൂങ്ങ മുതലായ ജന്തുക്കൾ അതു കാണുന്നു. ഈ പ്രാണവിസ്ഫുരണത്തിന്റെ ഒരു പ്രത്യേകാവസ്ഥ മാത്രമേ

നമ്മുടെ ദൃഷ്ടിക്കു വിഷയമാകുന്നുള്ളൂ. ഈ വായുമണ്ഡലത്തെത്തന്നെ ദൃഷ്ടാന്തമാ യെടുക്കുക. ഇത് ഒന്നിനൊന്നു മേൽമേൽ അടുക്കടുക്കായി സ്വരൂപിക്കപ്പെട്ടിരിക്കു ന്നു. എന്നാൽ ഭൂമിയോട് ഏറ്റവും ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള അടുക്കു അതിനു മുകളി ലുള്ളതിനെ അപേക്ഷിച്ചു അധികം ഞെരുക്കമുള്ളതായിരിക്കുന്നു. മേല്പോട്ടു മേ ല്പോട്ടു പോകുന്തോറും വായു അധികമധികം സൂക്ഷമായിത്തീരുകയും ചെയ്യുന്നു. അല്ലെങ്കിൽ സമുദ്രത്തെ ദൃഷ്ടാന്തമായെടുക്കുക. അടിയിലടിയിൽ പോകുന്തോറും വെള്ളത്തിന്റെ ഞെരുക്കം വർദ്ധിക്കുന്നു. സമുദ്രത്തിന്റെ അടിയിൽ ജീവിക്കുന്ന ജന്തുക്കൾക്ക് ഒരിക്കലും മുകളിൽ വരാൻ കഴിയുന്നില്ല. വരികയാണെങ്കിൽ അവ ശകലങ്ങളായി നുറുങ്ങിപ്പോകും.

മുഴുവൻ ബ്രഹ്മാണ്ഡവും, പ്രാണന്റെ വ്യാപാരത്താൽ വിസ്ഫുരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആകാശമയമായ സമുദ്രമാണെന്നും, അത് വിവിധ മാത്രയിലുള്ള വിസ്ഫുരണങ്ങ ളോട് കൂടിയ അടുക്കുകളാൽ ഒന്നിനുശേഷം ഒന്നായി ഘടിപ്പിക്കപ്പെട്ടിരിക്കയാണെ ന്നും വിചാരിക്കുക. അധികം പുറത്തുള്ള അടുക്കുകളിൽ വിസ്ഫുരണം അധികം കുറഞ്ഞിരിക്കും. മദ്ധ്യത്തോട് അധികമധികം അടുക്കുന്തോറും വിസ്ഫുരണം അധി കമധികം വേഗവത്തായുമിരിക്കും.

വിസ്ഫുരണത്തിന്റെ ഓരോ അവസ്ഥയെ ഓരോ ഭൂമി ആയി വിചാരിക്കാം. എല്ലാം കൂടി ഒരു വൃത്തരേഖയാണെന്നും അതിന്റെ മദ്ധ്യം പൂർണ്ണതയാണെന്നും വിചാരി ക്കുക. മദ്ധ്യത്തിൽ നിന്ന് എത്രയോ അകന്നുപോകുന്നുവോ വിസ്ഫുരണങ്ങൾ അ ത്ര മന്ദമായിത്തീരുന്നു. ഭൂതങ്ങൾ എല്ലാറ്റിനും പുറമെയുള്ള തൊണ്ടാണ്. അതിനു ള്ളിലാണ് മനസ്സ്; ശരിയായ മദ്ധ്യം ആത്മാവുമാകുന്നു. ഇനി നമ്മുടെ ദർശനത്തിന്റെ വ്യാപ്തിസീമകൾ ഓരോ ഭൂമികളായി വേർതിരിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു എന്നും വിചാരി ക്കുക. എത്രയോ കോടി മൈൽ പര്യന്തം ഒരുതരം വിസ്ഫുരണം വ്യാപിച്ചിരിക്കു ന്നു. എത്രയോ കോടി മൈൽ പര്യന്തം അതിനേക്കാൾ ഉയർന്നതരം വിസ്ഫുരണ മായിരിക്കും; ഇങ്ങനെ മേല്പോട്ടു പോകുന്നു. അപ്പോൾ ഒരുതരം വിസ്ഫുരണ ത്തിന്റെ ഭൂമിയിൽ ജീവിക്കുന്നവർക്കു തങ്ങളിൽ കണ്ടറിയുന്നതിനുള്ള ശക്തിയു ണ്ടാകുമെന്നും, എന്നാൽ ആ ഭൂമിക്കു മുകളിലോ താഴേയോ ഉള്ളവരെ അവർ കണ്ട റികയില്ലെന്നും ഉള്ളത് പൂർത്തിയായും സമ്മതിക്കത്തക്കതാകുന്നു. എന്നാലും ദൂരദ ർശിനിയും, ഭൂതക്കണ്ണാടിയുംകൊണ്ട് നമ്മുടെ ദർശനവ്യാപ്തിയെ നമുക്കു വർ ദ്ധിപ്പിക്കയും, അധികം ഉയർന്നതോ താണതോ ആയ വിസ്ഫുരണങ്ങളെ വിഷയീ കരിക്കയും ചെയ്യാവുന്നതുപോലെ ഓരോ മനുഷ്യനും അടുത്തഭൂമിയിലുള്ള വിസ് ഫുരണത്തിന്റെ സ്ഥിതിയേ സ്വയമേവ പ്രാപിക്കയും അതുകൊണ്ടു അവിടെ നട ക്കുന്ന വസ്തുതകളെ കണ്ടറികയും ചെയ്‌വാൻ കഴിയുന്നതാകുന്നു. ഈ മുറി മുഴു വൻ കാണാൻ കഴിയാത്ത ജീവികളെക്കൊണ്ടു നിറഞ്ഞിരിക്കയാണെന്നു വച്ചു കൊ ള്ളുക. അവർ പ്രാണന്റെ ഒരുതരം വിസ്ഫുരണങ്ങളെയും നാം മറ്റൊരുതരം വിസ് ഫുരണങ്ങളെയും വഹിക്കുന്നു. അവർ ശീഘ്രമായും, നാം മന്ദമായുമുള്ള വിസ്ഫു രണങ്ങളെ വഹിക്കുന്നു എന്നിരിക്കട്ടെ. പ്രാണനാകുന്ന ഉപാദാനവസ്തുവി നാലാ ണ് അവർ നിർമ്മിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടുതന്നെയാണ് നാമും നിർ മ്മിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. എല്ലാം പ്രാണസമുദ്രത്തിന്റെ ഓരോ ഭാഗങ്ങളാകുന്നു. വിസ് ഫുരണത്തിന്റെ മാത്രകളിലുള്ള ഭേദമേയുള്ളൂ. എനിക്കു തന്നത്താൻ ശീഘ്രത രമായ വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയെ പ്രാപിപ്പാൻ കഴിയുമെങ്കിൽ ഉടനേ എനിക്കു ഈ ഭൂമി മാറിപ്പോകും. ഞാൻ പിന്നെ ഒരിക്കലും നിങ്ങളെ കാണുകയില്ല. നിങ്ങൾ മറ ഞ്ഞുപോകുന്നു. ആ ഭൂമിയിലുള്ളവർ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് ശരിയാ ണെന്നു പക്ഷേ നിങ്ങളിൽ ചിലർക്കു അറിയാമായിരിക്കും. മനസ്സിനെ ഒരു ഉയർന്ന തരം വിസ്ഫുരണാവസ്ഥയിൽ നയിക്കുന്ന ഈ എല്ലാം കൂടി യോഗശാസ്ത്രത്തിൽ 'സമാധി' എന്ന ഒറ്റവാക്കിൽ അന്തർഭവിക്കുന്നു. ഉയർന്നതരമായ ഈ എല്ലാ വി സ്ഫുരണങ്ങളും, അതായത് മനസ്സിന്റെ ബോധാതീതദശയിലുള്ള ഏല്ലാ വിസ്ഫു രണങ്ങളും കൂടി സമാധി എന്ന ആ ഒരു വാക്കിൽ സംഗ്രഹിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. താഴ്

ന്നതരം സമാധി നമുക്കു മേൽപറഞ്ഞ തരം ആത്മാക്കളുടെ ദർശനനത്തെ നൽകുകയും ചെയ്യുന്നു. എപ്പോൾ നാം സാക്ഷാൽ പരമാർത്ഥവസ്തുവിനെ കാണുന്നുവോ അപ്പോളാണ് ഏറ്റവും ഉയർന്നതായ സമാധി. ആ മൃൽപിപണ്ഡത്തെ അറിഞ്ഞാൽ ബ്രഹ്മാണ്ഡത്തിലുള്ള എല്ലാ മൃത്തികകളെയും നാം അറിഞ്ഞു. ഇപ്രകാരം ഈ പ്രാണായാമത്തിൽ പരേതവിശ്വാസത്തിലെയും വാസ്തവമായുള്ള ഭാഗം എല്ലാം അടങ്ങുന്നു എന്നു നാം കാണുന്നു.

ഇതുപോലെത്തന്നെ ജനങ്ങളുടെ ഒരു സമുദായമോ, സംഘമോ ഗൂഢമായോ, രഹസ്യമായോ മറയ്ക്കപ്പെട്ടതായോ ഉള്ള ഏതിനേ എങ്കിലും ആരാഞ്ഞറിവാൻ ശ്രമിക്കയാണെങ്കിൽ നിശ്ചയമായും അതു ഈ യോഗമാണ്. പ്രാണനെ നിയമനം ചെയ്‌വാനുള്ള ഈ ഉദ്യമമാണ്. എവിടെ എങ്കിലും ശക്തിയുടെ അസാധാരണമായ വിലാസം കണ്ടാൽ അത് ഈ പ്രാണന്റെ ആവിർഭാവമാണെന്നു നിങ്ങൾക്കു കാണാവുന്നതാണ്. ഭൗതികവിജ്ഞാനങ്ങളെപ്പോലും പ്രാണായാമത്തിൽ അന്തർഭവിപ്പിക്കാം. ആവിയന്ത്രത്തെ ചലിപ്പിക്കുന്നതെന്താണ്? ആവിയിൽക്കൂടി വ്യാപരിക്കുന്ന പ്രാണനത്രേ. വിദ്യുച്ഛക്തി ആദിയായ ഭാവങ്ങൾ എല്ലാം പ്രാണനല്ലാതെ മറ്റെന്താണ്? ഭൗതികവിജ്ഞാനശാസ്ത്രം തന്നെ എന്താണ്? ബാഹ്യോപായങ്ങളെക്കൊണ്ടുള്ള പ്രാണായാമം തന്നെ. മാനസ ശക്തിയായി പരിണമിച്ചിരിക്കുന്ന പ്രാണനെ മാനസികമായ ഉപായങ്ങൾ കൊണ്ടു മാത്രമേ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയൂ. പ്രാണന്റെ ഭൗതികമായ പരിണാമങ്ങളെ ഭതികമൗയ ഉപായങ്ങളെക്കൊണ്ട് നിയമനം ചെയ്‌വാൻ ശ്രമിക്കുന്ന പ്രാണായാമത്തിന്റെ ആ ഭാഗത്തിനു ഭൗതികവിജ്ഞാനമെന്നും, പ്രാണന്റെ മാനസശക്തികളായ പരിണാമങ്ങളെ മാനസികമായ ഉപായങ്ങളെക്കൊണ്ടു നിയമനം ചെയ്‌വാൻ ശ്രമിക്കുന്ന ഭാഗത്തിനു രാജയോഗമെന്നും പറയുന്നു.

(കടപ്പാട്:-രാജയോഗം. സ്വാമി വിവേകാനന്ദൻ, വിവർത്തകൻ: മഹാകവി കുമാരനാശാൻ)

Abraham_mukkath@yahoo.com